

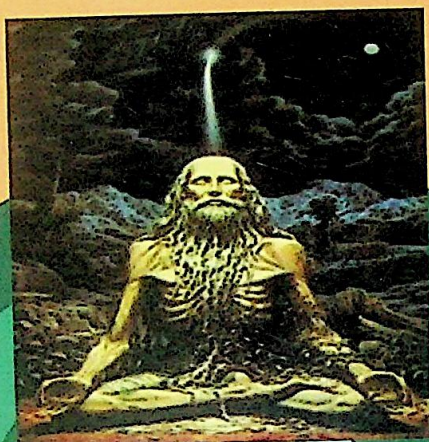
॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

आत्मपूजा ઉપનિષદ

આત્મતીર્થ

આત્મજ્ઞાન - આત્મપૂજા

આત્મ મંત્ર



ॐ

ઓહમ્ શુદ્ધિર્વાક્યમ્

પ્રત્યોદયાન્ ॥

-: લેખક અને સંશોધક :-

-: પ્રસ્તુતિ અને પ્રકાશન સહકાર :-

શરદચંદ્ર ઇશ્વરલાલ પુરોહિત (શરદવસિષ્ઠ)

કનૈયાલાલ ભાઈશંકર ભેષી

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

आत्मपूजा उपनिषद्

आत्मतीर्थ
आत्मज्ञान - आत्मपूजा
आत्ममंत्र



--: लेखक अने संशोधक :-
श्री शरदचंद्र ठाकराल पुरोहित
(शरदवसिष्ठ)
सुरत.

--: प्रस्तुति अने प्रकाशन सहकार :-
श्री कनेयालाल लाठशंकर भोषी
गोंडल.

25-40/7

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

--: પ્રાપ્તિ સ્થાન :-

શ્રી કનૈયાલાલ ભા. જોષી

(નિવૃત્ત ઇન્ડોલર ઓફ એકાઉન્ટ્સ-ગુજરાત વિધુત બોર્ડ)

“સિદ્ધિ”,

સરયેયા શેરી, નાના દરબારગઢ પાસે,

ગોંડલ-૩૬૦૩૧૧.

ફોન : (૦૨૮૨૫) ૨૨૩૫૩૪.

શ્રી શરદચંદ્ર ઈશ્વરલાલ પુરોહિત

(શરદ વસિષ્ઠ)

બ્લોક નં. ૫૫/૪૨૦, ગુજરાત હાઉસિંગ બોર્ડ,
પાલનપુર પાટીયા, રાંદેર રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૫.

મો. : ૦૯૯૦૪૯ ૭૩૦૭૨

પ્રત : ૧,૦૦૦

જુન-૨૦૧૬

આ પુસ્તકના સર્વ હક્ક લેખક શ્રી શરદચંદ્ર ઈશ્વરલાલ પુરોહિત પાસે સુરક્ષિત છે.
પુનઃમુદ્રણ માટે તેમની સંમતિ લેવી જરૂરી છે. તેમની લેખિત સંમતિ સિવાય
કોઈપણ લેખ-વિગતનો ઉપયોગ કરવો નહિ.

RS. 40/-

મૂલ્ય : સેવા-ભક્તિ-જ્ઞાન પ્રસાર

--: કોમ્પ્યુ. એન્ડ પ્રિન્ટીંગ :-

સૂર્ય પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ

કૈલાસબાગ રોડ, ગોંડલ. ફોન : (૦૨૮૨૫) ૨૨૨૫૮૭

॥ ૐ શ્રી પરમાત્મને નમઃ ॥

યોગ, સંયોગ, વિયોગ, વિપ્રયોગ અને યોગાનુયોગ (વિધિયોગ) ની વિશેષ અજ્ઞાત રહસ્યમયી યાવી પરમ યોગીશ્વર (પરમાત્મા) ના હાથમાં છે, રાખના રમકડાંને સંસાર યાત્રામાં રમતાં મુકનારો રામ, કહોને જીવન નારકના રંગમંચ ઉપર લાવી, અભિનય કરાવી, પાત્રોનો મેળાપ કરાવી, રંગમંચ પરથી વિદાય કરાવનાર કેશવ (કિરતાર) કનૈયો અનંત કળાશ્રીને ધારણ કરનાર છે. જેણે પોતાના અંશરૂપ નામ ધન્ય એવા શ્રી કનૈયાલાલ બી. જોષી - ગોંડલનો મેળાપ કરાવ્યો. તેઓ મારી કલમના કદરદાન, પ્રેરક, પ્રોત્સાહક અને પરમર્શદાતા બન્યા. તેમનું યોગદાન મારી પ્રવૃત્તિનું કાથબિયન કરનારું છે. જેનો હું હૃદયથી સાભાર સ્વીકાર કરું છું. પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા તેમને વધુ શ્રેયોમાર્ગમાં પ્રેરે એવી અભ્યર્થના સહ વિરામ.

સહૃદયી-શરદચંદ્ર ઈ. પુરોહિત
(શરદવસિષ્ઠ)

॥ ૐ શ્રી પરમાત્મને નમઃ ॥

પાશ્રી પદ્મવને કદમ્બ શિખરે રાજગૃહે કુંજરે ।
શ્વેતાશ્ચ યુતેવૃષેચ યજ્ઞે ચ ઉપસ્થિતે ॥
શંખે દેવકુલે, નરેન્દ્ર મવને ગંગા તટે ગોકુલે ।
પાશ્રી તવગૃહે ભૂય તત્સદા નિશ્ચલા ॥

કમળ વને, કદમ્બ વૃક્ષની ટોચે, હાથી બંધાતો એવા રાજશ્વરે,
શ્વેત અશ્વ અને સુંદર બળદોની જોડ જ્યાં હાજર હોય એવા ગૃહે,
શ્રી યજ્ઞ અને પૂજન પ્રાંગણમાં, દેવ મંદિરમાં કે રાજભવને,
ગંગાના કિનારે અને ગોકુળ ધામમાં વિરાજતી લક્ષ્મી,
આપના સામાજિક આર્થિક જીવનમાં સ્થાયી ચૈતન્ય બની રહો.

—: આભાર :—

આ મહામુલ્ય જ્ઞાનગ્રંથ પ્રકાશિત કરવા તથા
વિનામુલ્યે વિતરણ કરવા અમારા
અમદાવાદનાં ખાસ સ્નેહી તરફથી
આર્થિક સહકાર પ્રાપ્ત થયેલ છે.

તેમણે તેમનું નામ પ્રસિધ્ધ ન કરવાનું
જણાવતાં વિગત દર્શાવેલ નથી.
તેમની શ્રદ્ધા તથા જનહિતાર્થે જ્ઞાનસેવા માટે
હાર્દિક અભિનંદન અને આભાર...

તા. : ૩-જુન-૨૦૧૬
ગોંડલ.

ક. ભા. જોષી

(ક. ભા. જોષી)

નિવેદન :-

સ્નેહી ભાઈ શ્રી શરદચંદ્ર પુરોહિતનો પરિચય મને મારા સ્નેહી શ્રી અપનિશભાઈ પંડ્યા દ્વારા થયો. શ્રી પુરોહિતજીનો વિગતવાર પરિચય ટાઈટલ પેઈજ ઉપર આપેલ છે.

થોડા સમયના પરિચયમાં તેમનાં અગાધ જ્ઞાન અને વિદ્વતાનો અનુભવ થયો. તેમનાં ૧૬ (સોળ) જેટલાં વિવિધ વિષય ઉપરનાં જ્ઞાનસભર પુસ્તકો પ્રકાશિત થયેલ છે; અને લગભગ ૧૭ (સત્તર) જેટલા પુસ્તકોનું કાર્ય પૂર્ણ કરીને તૈયાર રાખેલ છે. તત્ત્વજ્ઞાન અને વેદ ઉપનિષદોને લગતાં પુસ્તકો પ્રગટ કરવા સાધારણ રીતે પ્રકાશકો તૈયાર થતાં નથી, કારણ કે તેમાં આર્થિક વળતર, તેનું વેચાણ નહિવત થતું હોવાથી રહેતું નથી. ભાઈશ્રી શરદચંદ્રની આ વ્યથા સાચી છે. તેથી મારાં અંતરવર્તુળમાં આ ચર્ચા થતાં, એક સ્નેહીએ બે પુસ્તકો પ્રકાશિત કરવા માટે સહકાર આપવાની દરખાસ્ત આપી, અને ફળસ્વરૂપે આ પુસ્તક પ્રકાશિત થઈ રહ્યું છે, જેનું વિતરણ વિનામુલ્યે યોગ્ય વિદ્વદ્જનોને થશે.

પુસ્તકનો મુખ્ય વિષય આત્મપૂજા ઉપનિષદ છે. તેને અનુલક્ષીને પ્રથમ ૧૮ જેટલા વિવિધ ખાસ લેખો આપેલ છે. જેનાથી પ્રાથમિક ભૂમિકાનું વિશેષ જ્ઞાન ફલિત થાય, જે ખૂબ જ જરૂરી છે. ત્યાર પછી “શ્રી આત્મપૂજા ઉપનિષદ” ની વિશિષ્ટ પ્રસ્તુતિ છે. માત્ર ૧૭ (સત્તર) મૂળોનાં ઉપનિષદમાં જ્ઞાનનો ભંડાર છે. તેનું રહસ્યોદઘાટન અને વિસ્તૃત છણાવટથી સમજણ ભાઈશ્રી શરદચંદ્રજીએ આપેલ છે. જેની પ્રશસ્તિ કોઈ શબ્દ દ્વારા થઈ જ ન શકે. સમગ્ર જ્ઞાનનું રહસ્ય તેમણે સમજી લીધું છે. જ્ઞાન-પિપાસુઓને માટે તો તે અદ્ભુત પ્રસ્તુતિ છે જ, પણ વિદ્વાનોને પણ તે માર્ગદર્શક રૂપ છે.

જેઓને તેમના અન્ય અપ્રકાશિત પુસ્તકોને પ્રગટ કરવાની ઈચ્છા હોય તેઓ જરૂરી તેમનો સંપર્ક કરે અને જ્ઞાન-પ્રસારના કાર્યમાં સહભાગી થવાનું સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત કરે.

હું પોતે વિદ્વાન કે જ્ઞાની કે સાધક નથી. સામાન્ય અભ્યાસ-જ્ઞાન પીપાસુ છું, અને ભાઈશ્રી શરદચંદ્રજીને સહકાર આપવાની તક શ્રી પરમાત્માએ આપી તેથી તેમનો આભાર માનું છું.

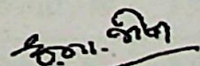
આ જ્ઞાન-ગ્રંથનો અભ્યાસ મનન ખૂબ જ ધીરજથી કરવો જરૂરી છે. દરરોજ એક સૂત્ર વિષેનો અભ્યાસ-મનન કરવાથી તેનાં રહસ્યને સમજી શકાશે અને જીવનમાં ઉતારી શકાશે.

કોઈપણ વધુ સ્પષ્ટીકરણ - માર્ગદર્શન માટે શ્રી શરદચંદ્રજીનો સંપર્ક કરવો.

તા. : ૩-જુન -૨૦૧૬

“સિદ્ધિ”, સરયૈયા શેરી, નાના દરબારગઢ પાસે,

ગોંડલ-૩૬૦૩૧૧. ફોન : (૦૨૮૨૫) ૨૨૩૫૩૪.


(ક. ભા. જોષી)

॥ ॐ શ્રી પરમાત્મને નમઃ ॥

-: અનુક્રમણિકા :-

ક્રમ	વિષય	પાના નં.
૧	કલમનાં કિનારે - સ્વસંવેદન	૧
૨	આત્મ-પદ પ્રશસ્તિ	૩
૩	તત્ત્વ શું છે ?	૪
૪	જ્ઞાત-અજ્ઞાત	૮
૫	સારરૂપ છે સર્વેશ્વર	૯
૬	શરીરાદિથી વિલક્ષણ આત્મતત્ત્વ	૧૦
૭	આત્મા અણુ નથી વિભુ છે	૧૩
૮	અપરિણામી છે આત્મા... અવયવરહિત તે	૧૫
૯	જ્ઞાનસ્વરૂપ છે આત્મા, જ્ઞાનાશ્રય નથી તે	૧૮
૧૦	આત્મા ઉપાદાન કારણ અને નિમિત્તકારણ	૨૦
૧૧	જગતનું કારણ જ આત્મા છે	૨૩
૧૨	જીવ અને આત્મતત્ત્વમાં ભેદ નથી	૨૫
૧૩	આત્મપૂજા પ્રવેશ	૨૮
૧૪	આત્મદેવનું બાહ્ય પૂજન	૩૧
૧૫	આત્મદેવનું આંતર પૂજન	૩૩
૧૬	દેવતા તત્ત્વ વિચાર	૩૬
૧૭	નિર્ગુણ માનસપૂજા	૩૭
૧૮	આત્મપૂજા ઉપનિષદ - વિશેષ નોંધ	૪૨
૧૯	આત્મપૂજા ઉપનિષદ સૂત્ર : ૧ - ૧૭	૪૩ થી ૧૧૭
૨૦	આત્મ મંત્ર	૧૧૮
૨૧	અજપાજપ સમર્પણ	૧૨૫
૨૨	શ્રી જબાલ-દર્શનોપનિષદ : નાડી પરિચય - આત્મતિર્થ	૧૨૮

કલમના કિનારે... સ્વસંવેદન (!)

જગત્સ્થિતિલયોદ્	મૃતિહેતવે	નિશ્ચિલાત્મને	૮
સચ્ચિદાનન્દરૂપાય	પરસ્મૈ	બ્રહ્મણે	૧૧

-સંસારની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લયનું કારણ તથા સર્વના આત્મા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ પરબ્રહ્મને નમસ્કાર કરું છું.

ભારતીય સંસ્કૃતિની એ વિશેષતા છે કે આ વિશાળ દેશની બહુમુખી સાધના અને સભ્યતા તે ઋષિ ચેતના - લબ્ધ તત્વાનુભૂતિના ઉપર પ્રતિષ્ઠિત છે. ભારતનું સાહિત્ય અને શિલ્પ, વિજ્ઞાન અને દર્શન, કુલ-ધર્મ, જાતિ-ધર્મ અને સમાજ ધર્મ, રાષ્ટ્રનીતિ, અર્થનીતિ, સ્વાસ્થ્ય નીતિ અને વ્યવહાર નીતિ આ સર્વનું નિર્માણ અને પ્રસાર ઉપનિષદ્ જ્ઞાનને માનવ જીવનના પરમ આદર્શ રૂપમાં માનીને જ થયો છે. ઉપનિષદ્ જ ભારતીય “આર્ય-સંસ્કૃતિ” કહેવામાં આવે છે. સમસ્ત વેદોનું અર્થાત્ સમસ્ત જ્ઞાનનું જે ચરમ - પરમ સત્ય છે, તે ઉપનિષદોમાં સમુજ્જ્વલ રૂપમાં પ્રગટ છે. આથી ઉપનિષદનું પ્રસિદ્ધ નામ ‘વેદાંત’ (વેદજ્ઞાન) નો અંતિમ ભાગ અથવા શિરોભાગ છે, અને વેદાંત જ સર્વ પ્રકારની ભારતીય સાધનાનો આધાર છે. આથી ભારતીય જાતિ જગતમાં ‘વેદાંતી’ નામથી વિખ્યાત છે.

ઋષિઓની અતીન્દ્રિય અને અતિમાનસ વિશુદ્ધ ચેતનાને જોવા મળ્યું છે કે આ વિશ્વ જગત મૂલતઃ યા તત્ત્વતઃ એક જ છે, એક જ અખંડ સત્તા વિભિન્ન સત્તાઓના રૂપમાં ઇન્દ્રિય મનની સન્મુખ પ્રતીત થાય છે. - મનોગોચર જેટલા પણ વિભિન્ન પદાર્થ છે, સર્વ એક અદ્વિતિય નિત્ય સત્ય નિર્વિકાર તત્ત્વના જ વિભિન્ન રૂપો અને વિભિન્ન નામોમાં આત્મ પ્રકાશ છે, એકથી જ સર્વનું પ્રાગટ્ય છે, એકના જ આશ્રયની સર્વની સ્થિતિ છે, એકની જ સત્તાથી સર્વ નિયંત્રિત છે અને પરિણામમાં સર્વ એકમાં જ વિલીન થઈ જાય છે, એકથી અતિરિક્ત બીજો કોઈ સ્વતંત્ર પદાર્થ છે જ નહિ.

ઋષિ-ચેતના પોતાના આત્મામાં અને અન્ય સમસ્ત મનુષ્ય તથા પ્રાણિમાત્રના આત્મામાં અને સમગ્ર વિશ્વ-જગતના આત્મામાં પારમાર્થિક એકત્વની ઉપલબ્ધિ કરે છે. તે પોતાને સર્વ મનુષ્ય, સર્વ પ્રાણિ અને સમસ્ત વિશ્વ પ્રપંચમાં અને સર્વ મનુષ્યો, સર્વ પ્રાણિઓ અને સંપૂર્ણ વિશ્વ પ્રપંચને પોતાનામાં જુએ છે. આ એક આત્મા જ વિભિન્ન સ્થાવર જંગમ શરીરોમાં, વિભિન્ન નામ રૂપોમાં, વિભિન્ન આકૃતિ-પ્રકૃતિમાં પ્રતિભાત થઈ રહ્યો છે. પ્રબુદ્ધ ઋષિ ચેતના આ સત્યનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરે છે. એટલે જ તો આ ચેતનમાં અભિમાન અને મમતા, રાગ અને દ્વેષ, શત્રુ અને મિત્રનો ભેદબોધ, પારકા-પોતાનાનો ભેદભાવ, હિંસા-દુષ્ટા-ભય અને વિષય વિશેષ પ્રતિ કામના પ્રભૃતિ કંઈપણ રહી શકતા નથી. આ અનુભૂતિના ફળ સ્વરૂપ સર્વના પરત્વે સહેતુક પ્રેમ અને સર્વના પ્રતિ આત્મબોધ સ્વભાવ સિદ્ધ થઈ જાય છે.

ભૂત-ભવિષ્ય-વર્તમાનના સમસ્ત મનુષ્ય, જીવ અને પ્રાણિ-પદાર્થોના સમષ્ટિભૂત વિશ્વ-જગતના ચથાર્થ તાત્વિક સ્વરૂપને ઉપનિષદોએ જેમ ‘સત્યં જ્ઞાનમનન્તમ્’ (સત્ય, જ્ઞાન, અને અનંત) બતાવેલ છે, તેમ જ તેને રસમય માની આસ્વાદન કર્યું છે. ‘રસો વૈ સઃ’ બ્રહ્મ રસ સ્વરૂપ છે, પરમ સૌંદર્ય-માધુર્ય-નિકેતન છે, પરમ પ્રેમારુપ છે. આ રસસ્વરૂપ બ્રહ્મ જ યૈચિત્ર્યમય જગતમાં વિભિન્ન રૂપોમાં પ્રગટ થઈને અનાદિ-અનંત કાળ આત્મ રમણ, આત્મ વિલાસ, આત્મ રસા સ્વાદન કરી રહેલ છે. વિશ્વ જગતમાં સર્વત્ર જ રસનો વિલાસ છે, સર્વત્ર આનંદની ક્રીડા છે, આનંદ-રસકેલી છે. વિશ્વમાં જેટલા પણ સંઘર્ષ, જીવન સંગ્રામ, ઘાત-પ્રતિઘાત અને આપાત-બીભત્સતામય યુદ્ધ-વિગ્રહ પ્રભૂતિ થાય છે, તેઓ સર્વમાં પણ એક અનંત ચેતન્ય-ધન રસ સ્વરૂપ બ્રહ્મનો જ વિચિત્ર રસવિલાસ ચાલે છે - તેનો રસ પ્રવાહ વહે છે. ઉપનિષદની દૃષ્ટિમાં બધું રસમય છે, સર્વ સુંદર છે, સર્વ આસ્વાદ્ય છે. આનંદ રૂપમાં, વિજ્ઞાન રૂપમાં, મન રૂપમાં, પ્રાણ રૂપમાં, અન્નયા ભોગ્ય જડ પદાર્થ રૂપમાં પણ રસમૃતસિંધુ બ્રહ્મની જ આત્માભિ વ્યક્તિ અને આત્માસ્વાદન થઈ રહ્યું છે. સંબુદ્ધ માનવ ચેતનાની અનુભૂતિમાં સમસ્ત વિશ્વ જગત જ પ્રેમ અને આનંદ સહિત આસ્વાદ્ય છે. આ જ આત્મજ્ઞાન, આત્મતીર્થ, આત્મમંત્ર, આત્મપૂજાની ફળશ્રુતિ ઉપનિષદ દર્શાવે છે. અંતમાં ક્ષતિ માટે ક્ષમાપ્રાર્થી છું. ‘ૐ સોઙ્ઘં હંસઃ’ અસ્તુ.

ઠે. કણબીવાડ,
મું. પો. : કુમસ, જી. : સુરત.

વિદ્વદ્જન ચરણચંચરિક
શરદચંદ્ર ઇ. પુરોહિત
(શરદવશિષ્ઠ)

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

आत्म-पદ-प्रशस्ति

सन्मूलाः सोम्यमाः सर्वाः प्रजाः सदायतनाः ।
सत्प्रतिष्ठाः एतदात्म्यमिदं सर्वं तत्सत्यं स आत्मा तत्त्वमसि ॥
(छन्दोगः)

જેમ પ્રજાવલિત આગથી તેના સમાન રૂપવાળી હજારો થિનગારીઓ નિકળતી રહે છે, તે પ્રકારે હે સોમ્ય ! અવિનાશી બ્રહ્મથી નાના પ્રકારના ભાવ (જીવ) ઉત્પન્ન થાય અને તેમાં લીન થાય છે. “હે સોમ્ય ! આ સર્વ પ્રજા ‘સત્’રૂપી કારણથી જ ઉત્પન્ન” થઈ છે. ‘સત્’ માં જ નિવાસ કરે છે અને અંતમાં પણ ‘સત્’માં જ પ્રતિષ્ઠિત થાય છે.” આ બધું બ્રહ્મરૂપ જ છે. તે બ્રહ્મ જ સત્ય છે. તે જ આત્મા છે. તે બ્રહ્મ તું છે.

पूषन्ने कर्वे यम सूर्य प्राजापत्य व्यूह रश्मीन् समूह ।
तेजो यत्ते रूपं कल्याणतमं तत्ते पश्यामि योडसावसौ पुरुषः सोडहमस्मि ॥ १६ ॥
(ईशावास्योपनिषद्)

હે ભક્તોના પોષણ કરનારા, હે મુખ્ય જ્ઞાન સ્વરૂપ, હે સર્વના નિયંતા, હે ભક્તો યા જ્ઞાનિઓ (સુરિઓ) ના પરમ લક્ષ્યરૂપ, હે પ્રજાપતિના પ્રિય ! આ રશ્મિઓને એકત્ર કરો યા હટાવી લો. આ તેજને સમેટી લો યા પોતાના તેજમાં મેળવી દો, જે આપનું અતિશય કલ્યાણમય દિવ્ય સ્વરૂપ છે, તે આપના દિવ્ય સ્વરૂપને, હું આપની કૃપાથી ધ્યાન દ્વારા જોઈ રહ્યો છું, તે સૂર્યનો આત્મા છે. તે પરમ પુરુષ આપનું જ સ્વરૂપ છે. હું પણ તે જ છું. - ‘સોડહમસ્મિ’

यत्परं ब्रह्म सर्वात्मा विश्वस्यायतनं महत् ।
सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं नित्यं स त्वमेव त्वमेव तत् ॥
(કૈવલ્ય. ૧/૧૬)

જે પરબ્રહ્મ સર્વના આત્મા, વિશ્વના મહાન આયતન, સૂક્ષ્મથી પણ સૂક્ષ્મતર અને નિત્ય છે, તે તમે જ છો, તે તમે જ છો, તમે જ તે છો.

यस्मिन् पञ्च पञ्चजना आकाशश्च प्रतिष्ठितः ।
तमेव मन्य आत्मानं विद्वान् ब्रह्मामृतोडमृतम् ॥

જેમાં પાંચ પંચજન (ગાંધર્વ, પિતૃઓ, દેવતા, અસુર અને રાક્ષસ અથવા બ્રાહ્મણાદિ વર્ણ અને નિષાદ) તથા અવ્યાકૃત પ્રકાશ પ્રતિષ્ઠિત છે, તે આત્માને જે હું અમૃત બ્રહ્મ માનું છું. તે બ્રહ્મને જાણવાવાળો હું અમૃત જ છું.

सर्वे तेदा यत्पदमानन्ति तपांसि सर्वाणि च यद्वदन्ति ।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति तत्ते पदं संग्रहेण ब्रवीम्योमित्तत् ॥
(कठ. १/२/२०१५)

સંપૂર્ણ વેદ જે પદનું પ્રતિપાદન કરે છે, બધી તપશ્ચર્યાઓને જેની પ્રાપ્તિનું સાધન બતાવવામાં આવે છે, જેની ઇચ્છા કરતા મુમુક્ષુજન બ્રહ્મચર્યનું આચરણ કરે છે, તે પદને હું તમને સંક્ષેપમાં કહું છું, ૐ તેજ પદ છે.

તત્ત્વ કિમ્ - તત્ત્વ શું છે ?

આહાર-વિહાર પર્યંત જ પોતાની જીવનચર્યાને સીમિત ન રાખીને, ભવિષ્યની તરફ અગ્રસર રહેવું, તેના માટે સતત પ્રયત્ન કરવો, માનવ જીવનની એક વિશેષતા છે. એ તેની જન્મજાત કળા છે. વાઙ્મયમાં આ કળાનું સંકલન રહે છે. વાઙ્મય માનવની વિશેષતાઓનો (આદર્શ) પુંજ છે. જેનું આકલન કરીને અન્ય માનવ પોતાને માટે ગતિપથ પ્રાપ્ત કરે છે. તે કળા સાહિત્યની હોય, આલંકારિક હોય, ભૌતિક હોય અથવા આધ્યાત્મિક હોય, માનવના જીવનમાં કોઈપણ પર્યાયના રૂપમાં આવશ્યક છે. પ્રત્યેક કળાનું પોતાનું વાઙ્મય પોતાના વિષયમાં આવશ્યક સરાહનીય છે, તથાપિ અધ્યાત્મ-વિવેક કળાપૂર્ણ વાઙ્મયનું સ્થાન સર્વોચ્ચ છે. કારણ કે પ્રત્યેક વસ્તુ કે જે વિશ્વની રંગભૂમિ પર પ્રસ્તુત થઈ હોય અથવા થનારી હોય, દીપ જ્યોતિ સમાન આ અધ્યાત્મથી જ આત્મ સત્ત્વ અથવા આત્મ પ્રકાશ પ્રાપ્ત કરે છે. આ વાત સ્પષ્ટ જ છે કે જગતના કોઈપણ વ્યવહારમાં ‘હું’ એવા આત્મ તત્ત્વના વિના ચાલી શકતું નથી. જગતના કોઈપણ દેશ અને કાળનો ઉચ્ચ કોટિનો દાર્શનિક હોય, યાદે ‘આત્માનં સતતં રક્ષેત્’ કહેવાવાળો કોઈ મહાસ્વાર્થી વ્યવહારી પુરુષ હોય. બંને આત્મ સાપેક્ષ છે. એટલે જ તો આધ્યાત્મ - વાઙ્મય કોઈપણ દેશ કાળનું હોય, પ્રશંસનીય છે, બધાને માટે આદરણીય છે, સંગ્રાહ્ય છે, જ્ઞેય છે. ઉપનિષદ્ વાઙ્મય એ એક એવું અદ્ભૂત વાઙ્મય છે જે આધ્યાત્મનો પ્રકાશ દેવાવાળું છે. આ દિશામાં વિશ્વની અદ્વિતિય વસ્તુ છે. આ વાતનો સર્વ વિદ્વાનો સ્વીકાર કરે છે. ‘ષટ્લુ વિશરણગત્યવસાદનેષુ’ ધાતુના પહેલા ‘ઉપ’ અને ‘તિ’ આ બે ઉપસર્ગ અને અંતમાં ‘કિવપ્’ પ્રત્યય લગાડવાથી ઉપનિષદ્ શબ્દ બને છે.

‘ઉપનિષદ્યતે - પ્રાપ્યતે બ્રહ્માત્મમાવોહનયા’ इति उपनिषद् ૧’

આનો અર્થ એ છે કે જેનાથી બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરી શકાય, તે ઉપનિષદ્ કહેવાય છે. ઉપનિષદોમાં બ્રહ્મજ્ઞાન અથવા બ્રહ્મવિદ્યાનું જ પ્રધાનતાથી વિવેચન તથા વર્ણન પ્રાપ્ત થાય છે. જેથી ઉપનિષદ્ આધ્યાત્મ વિદ્યા પણ કહેવામાં આવે છે. બ્રહ્મનો પ્રતિપાદક વેદનો શિરોભાગ અથવા અંતમાં હોવાથી ચે વેદાંત યા ઉત્તર મીમાંસા પણ કહેવાય છે. બ્રહ્મજ્ઞાન, આત્મજ્ઞાન, તત્ત્વજ્ઞાન, અને બ્રહ્મવિદ્યા એ સર્વ પર્યાયવાચી શબ્દ છે. વેદના અંગભૂત સંહિતા, બ્રાહ્મણ, આરણ્યકોમાંથી જ બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રતિપાદક ભાગોને પૃથક કરીને તેને ‘ઉપનિષદ્’ નામ આપવામાં આવેલ છે. કેવળ અથર્વવેદમાં ૫૨ ઉપનિષદો છે. મુક્તિકોપનિષદમાં ૧૦૮ ઉપનિષદોની ગણના કરવામાં આવી છે. ઉપલબ્ધ ઉપનિષદોની સંખ્યા ૨૨૦ છે.

અમરકોષકાર ઉપનિષદનો અર્થ લખે છે - ‘ઘર્મે રહસ્યુપનિષત્’ આ પ્રમાણે ‘ઉપનિષત્’ શબ્દ ગૂઢ ધર્મ અને રહસ્યના અર્થમાં પ્રયુક્ત થાય છે.

ઉપનિષદોનો શું વિષય છે યા હોવો જોઈએ, એમાં કોઈ વિવાદ નથી; કારણ કે એ વાતને બધા જાણે છે તેથી માને છે કે ઉપનિષદોનો મુખ્ય વિષય ‘બ્રહ્મ’ છે અને મુખ્ય પ્રયોજન ‘બ્રહ્મજ્ઞાન’ છે. કે જેનાથી મોક્ષ મળે છે. નિશેષતયા આત્મતત્ત્વની સમીપ પહોંચાડી દેનારી વિદ્યા આ અર્થમાં ઉપનિષદ્ શબ્દ યથાર્થ છે.

‘બ્રહ્મ’ શબ્દ નિમ્નલિખિત અર્થોમાં વપરાય છે - પરમાત્મા, જીવ, જગતકારણ, જક્ષ્પ્રકૃતિ, પરમાણુ, શબ્દ અને વિદ્યા.

‘અયાતો બ્રહ્મજિજ્ઞાસા’, ‘જન્માદ્યસ્ય યતઃ’ ‘તસ્યૈ જ્યેષ્ઠાય બ્રહ્મણે નમઃ ૧’ - અહીં બ્રહ્મ શબ્દ પરમેશ્વર વાચક છે.

‘મમ યોનિમર્દ્દ્ર બ્રહ્મ તસ્મિન્ ગર્ભ દધામ્યહમ્’ (ગીતા ૧૪/૩)

અહીં આગળ જડ-પ્રકૃતિ તથા પરમાણુ અર્થમાં બ્રહ્મ શબ્દ મતભેદથી માનવામાં આવે છે.

‘બ્રહ્મ એવેદમગ્ર આસીત્’ - અહીં જગતકારણ (ઉપાદાન) બ્રહ્મ-શબ્દાર્થ છે.

‘સર્વેષામેવ દાનાનાં બ્રહ્મદાનં વિશિષ્યતે ૧’

અહીં બ્રહ્મદાન શબ્દ - બ્રહ્મવિદ્યાનું દાન, શબ્દ (વેદ) આદિનું દાન એવો અર્થ સમજવાનો છે. ‘જગતકારણ’ એ અર્થમાં બ્રહ્મ શબ્દ લેવા ખૂબ જ ઉચિત છે. (આ વાક્ય શેષ આદિ પ્રમાણ પ્રમાણથી સંગત છે.)

આના ઉપર શંકા પણ આવશ્યક છે કે ‘જગતકારણ’ જડ પ્રકૃતિ આદિ માટે લેવામાં આવે અથવા ચેતન આત્મા ? આનું સમાધાન પણ અતિ સરળ છે. તે બ્રહ્મના સંબંધમાં ત્યાં જ મળે છે. ‘તદેક્ષત બહુ સ્વાં પ્રજાયેય’ અર્થાત્ બ્રહ્મએ ઇચ્છા કરી કે ‘હું સૃષ્ટિ કરું’ આ પ્રકાર ઇચ્છા ક્રિયા મનન જડ પ્રકૃતિમાં સંભવ નથી. એટલે ‘બ્રહ્મ’ શબ્દથી ચેતન આત્મા લેવા જ ઉચિત છે. ‘અયમાત્મા બ્રહ્મ’ આ સમાનાધિકરણ શબ્દોનું પણ આ જ સ્વાસ્થ્ય છે.

‘તત્ત્વ કિમ્’ - તત્ત્વ શું છે - આ જિજ્ઞાસાથી જો ઉપનિષદોનું આલોકન યા શ્રવણ - મનન કરવામાં આવે તો ‘અહીં બ્રહ્મથી અતિરિક્ત બીજું કંઈ જ નથી’ ‘યથાર્થતઃ તે બ્રહ્મ જ સત્ય છે’ અને ‘એક માત્ર તે જ છે’ એ જ તત્ત્વ ઉપલબ્ધ થાય છે. ‘ઈશાવાસ્યમિદ્ સર્વં યત્કિન્ન જગત્યાં જગત્ ૧’

‘તત્ત્વ કિમ્’ - તત્ત્વ શું છે - આ જિજ્ઞાસાથી જો ઉપનિષદોનું આલોકન યા શ્રવણ - મનન કરવામાં આવે તો ‘અહીં બ્રહ્મથી અતિરિક્ત બીજું કંઈ જ નથી’ ‘યથાર્થતઃ તે બ્રહ્મ જ સત્ય છે’ અને ‘એક માત્ર તે જ છે’ એ જ તત્ત્વ ઉપલબ્ધ થાય છે.

‘ઈશાવાસ્યમિદ્ * સર્વં યત્કિન્ન જગત્યાં જગત્ ૧’

‘યસ્મિન્સર્વાણિ મૂતાન્યાત્મે વા મુદ્ધિજ્ઞાનતઃ ૧’

‘તત્ર કો મોહઃ કી શોક એકત્વમનુ પશ્યતઃ ૧’

‘ઓમિત્યેતદ્ ક્ષરમિદ્ * સર્વં તસ્યોપ વ્યાખ્યાનમ્ ૧’

‘સર્વં * ક્ષેતદ્ બ્રહ્માયમાત્મા બ્રહ્મ ૧’

‘સર્વં સ્વલિદ્ બ્રહ્મ નેહ નાનાસ્તિ કિંચન ૧’

‘મૃત્યોઃ સ મૃત્યુમાપ્નોતિ ય ઇહ નાનેચ પશ્યતિ ૧’

‘एको देवः सर्वभूतेषु गूढः’ ‘द्वितीयाद्वै भयंभवति ૧’

અહીં શ્રુતિઓ આ તત્ત્વને સ્પષ્ટ રીતે પ્રતિપાદિત કરે છે. આ ચેતન આત્મા સ્વયં પ્રકાશ છે. એને જ બ્રહ્મ ઔપનિષદ્ પુરૂષ અથવા ઉપનિષદ્ પ્રતિપાદ્ય આત્મ તત્ત્વ કહે છે. આ ઉપનિષદ્ પ્રતિપાદ્ય આત્મ તત્ત્વ કહે છે. આ ઉપનિષદ્ પ્રતિપાદ્ય આત્મ તત્ત્વના સ્વરૂપના વિષયમાં ઉપનિષદોના આધાર પર જ વાદીઓના અનેક મત છે. તેના ઉપર સપ્રમાણ સમાલોચના કરવા હું કંઈક લખવાનું ઉચિત સમજું છું. જેનાથી ઉપનિષદ પ્રતિપાદ્ય આત્મતત્ત્વનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ પ્રગટ થઈ શકે.

ॐ त्वं हि नः पिता वसो त्वं माता शतक्रतो वसूविद्य ।

अथा ते सुम्न मीमहे ॥ (ऋ. ८-१८-११)

હે સર્વશક્તિમાન ! આપ સર્વની અંદર વાસ કરનારા અમારા પિતા તથા સેંકડો ઉપકાર કરનારા માતા છો, એટલે હું પવિત્ર અને વિનમ્ર મનથી આપને નમસ્કાર કરું છું. હે પતિત-પાપન, અંતર્યામિન્ જગત્પતે ! હું અધ્યાત્મ વિજ્ઞાનના જિજ્ઞાસુ મુમુક્ષુજનોની કલ્યાણ કામનાના હેતુથી આ લેખની ઉદ્ઘાવી રહ્યો છું. જેનાથી મનુષ્ય માત્ર આત્મા સાક્ષાત્કાર દ્વારા કૃતકૃત્ય થઈ શકે. આશિર્વાદ આપો મને કે હું એવું કરવામાં સમર્થ થઈ શકું.

‘બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ્’ માં ચાજાવલ્કલ ઋષિ-મૈત્રેયીને ઉપદેશ દેતા કહે છે કે - ન વા અરે પત્યુઃ કામાય પતિઃ પ્રિયો ભવતિ । આત્મનસ્તુ કામાય પતિઃ પ્રિયો ભવતિ । ન વા અરે જ્ઞાયાયૈ કામાય જયા પ્રિયા ભવતિ । આત્મનસ્તુ કામાય જાયા પ્રિતાભવતિ । - અરે મૈત્રેયી ! પતિને માટે પતિ પ્યારો નથી હોતો, આત્માને માટે પતિ પ્યારો હોય છે. સ્ત્રીને માટે સ્ત્રી પ્યારી નથી હોતી, આત્માને સ્ત્રી પ્યારી હોય છે.

ન વા અરે સર્વસ્ય કામાય સર્વ પ્રિયં ભવતિ । આત્મનસ્તુ કામાય સર્વ પ્રિયં ભવતિ । આત્મા વા અરે દ્રષ્ટવ્યઃ શ્રોતવ્યો મન્તવ્યો નિદિધ્યાસિતવ્યો મૈત્રેયિ આત્મનિ સ્વલુ અરે દૃષ્ટે શ્રુતે મને વિજ્ઞાતે હૃદં સર્વં વિદિતમ્ ॥

બધાને માટે બધા પ્યારા નથી હોતા, આત્માને માટે બધા પ્યારા હોય છે. એટલે હે મૈત્રેયી ! આત્માને જોવા, સાંભળવા, વિચારવા અને જાણવાથી સર્વ કંઈ સમજણમાં આવે છે.

મનુષ્યને પોતાના જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં કાર્ય કરતા રહી આત્માને જ ધ્યેય બનાવી રાખવું જોઈએ.

છાંદોગ્ય ઉપનિષદ્માં નારદજીએ પ્રશ્ન કર્યો - ‘ભૂમા કોના સહારે છે’ ?

સનત્કુમારજી કહે છે - ભૂમા પોતાના જ મંદિરમાં જ સ્થિત છે. ભૂમા પોતાનામાં જ પ્રતિષ્ઠિત છે. ભૂમા જ અમૃત છે. ભૂમા સ્વયં પોતાનો આધાર છે. તે જ નીચે છે, તે જ ઉપર છે, તે જ આગળ છે, તે જ ડાબે જમણે છે. તે જ સર્વ કંઈ છે. જો આપ એ ભૂમાને ‘હું’ કહીને પોકાર કરો તો એવું કહેશે કે - હું નીચે છું, હું જ ઉપર છું, હું જ પાછળ, હું જ આગળ, હું જ ડાબે, હું જ જમણે, હું જ સર્વ કંઈ છું. અર્થાત્

अर्थात् आत्मादेश एवात्मैवा ब्रह्मादात्मोवरिष्ठात् आत्मा पञ्चादात्मा पुरस्तादात्मा दक्षिणत आत्मोत्तरत आत्मेवेदं सर्वमिति स वा एष एवं पश्यन्नेवं मन्वान एवं विजान्नात्म रतिरात्मक्रीड आत्ममिथुन आत्मानन्दः स स्वराद् भवति तस्य सवेषु लोकेषु कामचारो भवति । अथ योन्यथातो विदुरन्य राजानस्तो क्षय्यलोका भवन्ति तेषां सर्वेषु लोकेष्व कामचारो भवति । (छान्दोग्य. ७/२५/२)

હવે જો તેને ‘આત્મા’ કહીને પોકારો તો કહેશે કે - આત્મા નીચે જ છે, આત્મા ઉપર જ છે, આત્મા જ પાછળ છે, આત્મા જ આગળ છે, આત્મા જ જમણે છે, આત્મા જ ડાબે છે. આત્મા જ સર્વ કાંઈ છે. જે આ રીતે જાણે છે, તે પોતાનામાં જ રમણ કરે છે, પોતાનામાં જ ખેલે છે. પોતાની સાથે જ પોતે રહે છે. પોતાનામાં જ આનંદ લે છે. તે જ સ્વરાદ્ છે. બધા લોકોમાં તેની કામના પૂરી થાય છે, પરંતુ લોક એનાથી વિપરીત ભાવના રાખે છે, તેમનું કરેલું-કારવેલું નાશને પ્રાપ્ત થાય છે. તેઓની ભાવનાઓ ક્યારે પૂરી નથી થતી. તેમને કયાંય સુખ પ્રાપ્ત થતું નથી.

અહીં ભૂમા, પ્રેય, આત્મા, શબ્દોથી એક જ તાત્પર્ય છે. પ્રાકૃતિક જગતને પોતાના કાર્યનું ધ્યેય બનાવવું ‘અલ્પતા’ છે, પ્રેય છે અને આત્માને ધ્યેય બનાવવું ભૂમાપન છે. એ બંનેનો સમન્વય કરતા રહી આત્મોન્નતિ કરવાનું ઉદાહરણ પિટેહરાજ મહારાજ જનકનું ગુપન છે.

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

જ્ઞાત - અજ્ઞાત

यो ब्रह्माणं विदधाति पूर्वं यो वै वेदाञ्च प्रहिणोति तस्मै ।

તેં હ દેવમાત્મ બુધ્ધિ પ્રકાશં મુમુક્ષુર્યે શરણમહં પ્રપદ્યે ॥ (શ્વેતાશ્વતર ૬/૧૮)

જે પરમેશ્વરે બ્રહ્માને સર્વ પ્રથમ ઉત્પન્ન કર્યા, જેમણે તેમને અમિત જ્ઞાનના આકાર પોતાના વેદ આપ્યા. આત્મશુદ્ધિના વિમલ વિકાસક અખિલ વિશ્વમાં વિરાજી રહેલા એવા પરમ દેવ (પરમેશ્વર) હું મુમુક્ષુ આજે હું આપનું શરણ ગ્રહણ કરું છું.

एको देवः सर्वं भूतेषु गूढः सर्वव्यापी सर्वभूतान्तरात्मा ।

કર્માધ્યક્ષઃ સર્વભૂતાધિવાસઃ સાક્ષી ચેતા કેવલો નિર્ગુણશ્ચ ॥ (શ્વેતાશ્વતર ૬/૧૧)

સમસ્ત પ્રાણિઓમાં એક જ દેવ સ્થિત છે તે સર્વ વ્યાપક, સમસ્ત ભૂતોનો અંતરાત્મા, કર્મોનો અધિષ્ઠાતા, સમસ્ત પ્રાણિઓમાં વસી રહેલો, સર્વનો સાક્ષી, સર્વને ચેતનત્વ પ્રદાન કરનાર, શુદ્ધ અને નિર્ગુણ છે.

ज्ञानमेकं सदा भाति सर्वावस्थासु निर्मळम् ।

મન્દ માગ્યા ન જાનન્તિ સ્વરૂપં કેવલં બૃહત્ ॥ (સદાચારુ સન્ધ્યાનમ્-૩૧)

જાગ્રદાદિ સર્વ અવસ્થાઓમાં એક અદ્વિતીય નિર્મળ જ્ઞાન (સત) જ સદા ભાસી રહેલ છે, પરંતુ તે સર્વવ્યાપક નિરપધિક, કેવળ શુદ્ધ વિજ્ઞાનધન સ્વરૂપને મંદભાગ્યવાળા જાણી શકતા નથી.

स्वप्रकाशस्वरूपत्वात् सिध्यत्वाच्च चिदात्मनः ।

વૃત્તિવ્યાપ્યત્વમેવાસ્તુ ફલવ્યાપ્તિઃ કથં ભવેત્ ॥ (સદાચારા. ૫)

આત્મા સ્વપ્રકાશ સ્વરૂપ સ્વયં સિદ્ધ છે. એટલે તે આવરણ ભંગરૂપ વૃત્તિ વ્યાપ્તિનો વિષય છે, તેમાં ફળ વ્યાપ્તિ કેવી રીતે થઈ શકે ? અર્થાત્ તેમાં ફળ નથી થઈ શકતી.

जगत्स्थिति लयोद्भूति हेतवे निखिलात्मने ।

સચ્ચિદાનન્દરૂપાય પરસ્મૈ બ્રહ્મણે નમઃ ॥

સંસારની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લયનું કારણ સર્વના આત્મા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ પરબ્રહ્મને નમસ્કાર કરું છું.

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

સારરૂપ છે સર્વેશ્વર...

જે સાર છે સર્વ ઉપનિષદોનો, વેદ-સંવેદ જીવનાધાર;
સારરૂપ કેવલ સર્વેશ્વર, છે આ સંસાર અસાર.

ક્ષણભંગુર દુર્લભ માનવત્તન, વિષય સર્વ નિસ્સાર;
લાચાર મનને વશ કરીને, કરો આત્મ ઉદ્ધાર.

ભૂમંડળને ચોંટ બ્રહ્માંડના, કણકણમાં વિભુનો વિસ્તાર;
સર્વમાં જીવ સમાન જાણીને, કરો આત્મ-તુલ્ય વ્યવહાર;

અનાસક્ત થઈને કરવો છે, નિજ આહાર-વિહાર;
અહંકારનો પરિહાર ન જ્યાં સુધી, નહિ કર્મ-નિસ્તાર;

સત્ય શોધ જ એકમાત્ર છે, ભવરોગનો ઉપચાર.
આત્મબોધ જ પહોંચાડે છે, જીવન્મુક્તિને દ્વાર.

દેહી અજર-અમર-અક્ષર છે, દેહ તો વિકારાગાર;
આ દેહ-દેહીનો વિવેક, ઉતારે ભવસાગર પાર.

જે સ્વરૂપ વિસ્મૃતિ છે માયા, અને બ્રહ્મ એક ૐકાર
નિર્ગુણ પણ એ સગુણ પણ એ, છે સાકાર એ જ નિરાકાર.

નથી નામ, રૂપ, આકાર મારો, રહું સદા હું નિર્વ્યાપાર,
હું પણ તેજ બ્રહ્મ છું, સત્-ચિત્-સુખ-આનંદ અપાર.

-શરદચંદ્ર પુરોહિત (શરદ વસિષ્ઠ)

શરીરાદિથી વિલક્ષણ આત્મતત્ત્વ

‘કુર્વન્નેવહ કર્માણિ જિજીવિષેચ્છત સમાઃ ૧’ (ઈશ. ૨)

કર્મ કરતા રહીને સેંકડો વર્ષ જીવનેરહાનો આદેશ આપતાં આ શ્રુતિ બતાવે છે કે ‘જીવન જ સર્વ કાંઈ છે અને મૃત્યુ બાદ કંઈ જ નથી.’ એટલા માટે એ પ્રકારના કર્મ કરો જેનાથી તમારું જીવન, કે જે પૃથ્વી આદિ જડ તત્ત્વોના સમુદાયમાં ‘કિંણ્વદિયો મદશક્તિવત્’ છે, બહુ લાંબા સમય સુધી રહે. જો શરીરાદિથી વિલક્ષણ આત્મા હોય અને મૃત્યુ પછી પણ તે વિદ્યમાન હોય તો પછી સેંકડો વર્ષ જીવિત રહેવાની ઈચ્છાનું શું મહત્ત્વ ? કે જ્યારે વૃદ્ધવસ્થા પણ સાથે જોડાયેલી રહે છે. શરીરમાં કષ્ટ થવાથી તેનાથી બચવા માટે ઉપાય શા માટે કરવા, જો આત્માનું કંઈ જ બગડતું નહિ હોય ?

‘યદેતદ્રેતસ્તદેતત્સર્વેભ્યો ઢક્ષેમ્યસ્તેજઃ સમુદ્યુતમ્ ૧

સ્ત્રિયાં સિન્ચતિ સાત્યેતમાત્માન્ મત્રગતં પ્રાવયતિ ૧’ (ऐतरेय.)

વીર્ય સ્વરૂપ આત્મા સ્ત્રીમાં સિંચિત થાય છે, અને સ્ત્રી તેને (પતિનો) આત્મા સમજીને પાલન કરે છે.

‘સસ્યમિવ મર્ત્ય પચ્યતે’ (કઠોપનિષદ)

‘અથ ચૈનં નિત્ય જાતમ્’ (ગીતા ૨/૨૬)

‘જાતસ્ય હિ મુવો મૃત્યુર્હુવં જન્મ મૃતસ્યચ’ (ગીતા ૨/૨૫)

ઉપરોક્ત વચનોથી પણ એ જણાય છે કે આત્મા ભૌતિક તત્ત્વ છે.

‘કુર્વન્નેવહ’ આ શ્રુતિનું પૂર્વોક્ત તાત્પર્ય નથી. આત્મ તત્ત્વને સમજીને પુત્રેષણાદિને છોડીને સંસારથી પર જે નિરતિશય સુખ પ્રાપ્ત નથી કરી શકતા, તે અનાત્મજ્ઞ પુરુષ યજ્ઞાદિ શુભ કર્મ કરતા રહીને પણ પોતાનું આયુષ્ય પૂર્ણ કરે. એવું તાત્પર્ય છે.

રેતઃ સિંચનને પ્રથમ જન્મ અને ઉત્પત્તિને દ્વિતીય જન્મ જે કહેવામાં આવેલ છે, તે આત્માના પ્રાગઘ્વના અવસ્થેક શરીર, શરીરના સંબંધમાં છે, આત્મામાં ઓપચારિક કથન છે. આ શરીરાત્માનું નિરાકરણ યમરાજે નયિકેતાના પ્રશ્નોત્તરમાં કર્યું છે.

‘યેયં પ્રેતે વિચિકિત્સા મનુષ્યહસ્તીત્યે કે નાયમસ્તીતિ નાયમસ્તીતિ ચૈકે ૧’
(કઠોપનિષદ ૨/૨/૨૦)

મનુષ્ય મૃત્યુ પછી રહે છે યા નહિ ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર યમરાજે આપ્યો છે કે -

‘તત્તે પદં સંગ્રશેણ બ્રહ્મીયોમિત્યેતત્ ૧’

ન જાયતે પ્રિયતે વા વિપશ્ચિન્નાયં કુતચિન્નં બમૂવ કશ્ચિત્ ૧

અજો નિત્યઃ શામ્વતોયં પુરાણો ન હન્યતે હન્યમાને શરીરે ૧
(કઠોપનિષદ ૨/૨/૨૫, ૨૮)

અહીં તે આત્માનું લક્ષણ બતાવતાં સિદ્ધ કરવામાં આવેલ કે શરીરાદિ ભૌતિક તત્ત્વ સર્વ વિનાશી છે. તે આત્મા નથી કારણ કે આત્મા અજર અમર છે અર્થાત્ તે ‘જાયતે’ આદિ ષડ્ભાવોથી રહિત છે.

इन्द्रियेभ्यः पराह्यर्था अर्थभ्यश्च परं मनः ।
 मनसस्तु परा बुद्धिर्बुद्धेरात्मा महान परः ॥
 (कठोपनिषद् २/३/१०)

તે આત્મા ઇન્દ્રિય, પૃથ્વી આદિ વિષય, અતઃ કરણાદિ સર્વથી ભિન્ન છે. ખરેખર શરીરથી આત્મા વિલક્ષણ છે.

अस्ति स्वयमित्यस्मिन्शे कस्यास्ति संशय पुंस् : ।

तथापि संशयश्चेत्संशयिता यः स एव भवसि त्वन् ॥

‘હું છું’ એ પ્રતીતિને વિષે ક્યાં પુસ્ત્રને (સ્વાત્મનિરૂપણ) સંશય હોય ? છતાં તેને વિષે જો સંશય હોય તો, જે સંશય કરનાર છે તે જ તું છે એમ સિદ્ધ થાય છે - આ છે આત્મ પ્રતીતિ.

આત્મ શક્તિ કેટલી બધી છે અને કેવી જબરી છે તેનો આપણે નથી કરતા વિચાર. જીવપણુ માની લેનારા માણસો પોતાને તુચ્છ માને છે, અતિ દુર્લભ મનુષ્ય દેહ નકામો ગુમાવે છે અને વિષય ભોગની ઈચ્છા રાખી તેમાં મશગૂલ રહે છે. વિષય સુખથી મળતી શાંતિ ક્ષણિક હોવાથી ખરી શાંતિ નથી જ. તેનાથી તરસ છીપતી નથી, તૃષ્ણા દિન-પ્રતિદિન વધે છે, પરંતુ આત્મ શાંતિ એ નિરંતર શાંતિ છે તેને પિછાનતા નથી એ માયાનું પરિભળ છે. એ સઘળું દુઃખ નિર્ભળતામાં નથી, પણ ભિન્નિતપણામાં છે. દેહ વગેરે સાથે પોતાને (આત્માને) મળેલો માને છે, તેથી પોતે જીવરૂપે થઈ ‘હું પછાને’ પ્રાપ્ત થાય છે.

આરસામાં આગળ થઈને જનારી વસ્તુ આરસામાં દેખાય છે, ટી.વી. કાર્યક્રમોમાં ટી.વી.ના પડદા પર કેવી ઘટનાઓ આકાર પામતી દેખાય છે. પરંતુ તે ટક્તી નથી. છેવટે ટી.વી.ને પડદો અને આરસો ફેરફાર વગરના જેમના તેમ જ રહે છે. તેમ ચૈતન્યમાં જગતની છબી (ચલચિત્ર) પડે તેટલી ઘડી દેખાય પરંતુ ચૈતન્યરૂપી આરસો કહો કે ટી.વી. સ્ક્રીન (પડદો) તેવોને તેવો જ નિર્મળ રહે છે.

ઇન્દ્રિયોના વ્યવહાર જે ભાસ કરાવે છે તે કેવી રીતે થાય છે ? પ્રથમ તો આંખ ઉઘાડીએ એટલે બહારની વસ્તુઓ આંખની કીકીમાં ભાસે છે, તેની છબી ત્યાંથી ઉઠી મન પર પડે છે, તેનું પછી આપણને જ્ઞાન થાય છે કે ફલાણી વસ્તુ છે. સમુદ્રમાં હજારો તોફાન થતાં દેખાય છે, પણ સમુદ્ર પાછો જેવો ને તેવો ગંભીર શાંત નજરમાં આવે છે. ચૈતન્યની અપેક્ષાએ આકાશ જોતાં જડ છે, એવા આકાશમાંથી જેવો વરસાદ વરસે છે તેવો પોતે કંઈ ભીનું થતું નથી, આકાશ અસંગ અને અવિકારી રહે છે. વાયુમાં ગમે તેવી ગંધ આવે વાયુ પાછો તેવો ને તેવો જ રહે છે. પરમાત્મા તો સર્વથી સૂક્ષ્મ છે તે અસંગ અને અવિકારી છે તેથી તે તેવોને તેવો રહે તેમાં નવાઈ નથી. ભલેને એ પરમાત્મામાં અસંખ્ય જગતો પ્રતીત થાય.

એ જ પ્રમાણમાં અવાજ આવે, જીભને અસ્વાદે, નાક ગંધ-સુગંધ-દુર્ગંધનો અનુભવ, ચામડી સ્પર્શનો અનુભવ કરે છે. આમ રૂપાણું, કદરૂપું, મધુર, કઠોર, મીઠું, કડવું, સુગંધીયુક્ત, ગંધાતુ, ઉનું અને ટાકું એ સઘળું ઇન્દ્રિયો દ્વારા મન જાણી શકે છે. એ

સઘળા અનુભવોની છાપો અને ચિત્રો મન ઉપર ભલે પડે, અંતર્જ્ઞાન એટલે જાણવાપણું તો અવિકારી કાયમ જ રહે.

સોનું કાદવમાં પડવાથી બગડી જતું નથી, પાછું ઘોરું એટલે સાફ થાય છે. હીરો નરકમાં પડ્યો હોય તો બગડતો નથી. ઉઠાવી લઈને ઘોવાથી હતો તેવો સ્વચ્છ થઈ જાય છે. તેવું આત્માનું પણ છે. આત્મા કંઈ દેહ સાથે મળવાથી બગડી જતો નથી, એટલે કે આત્મા દેહ વગેરે સાથે મળ્યો જ નથી. દૂધમાં સાકર એકરૂપ થઈ જાય છે તે પ્રમાણે સોનામાં કાદવ એક રૂપ થઈ શકે નહિ, તેમ આત્મા દેહ જોડે મળેલો દેખાય છે, બાકી તો જળમાં કમળની જેમ અસંગ રહે છે અને તે પણ દેહને ખરો માનનારાને સમજાવવા માટે કહેવું પડે છે, બાકી દેહ નથી, માત્ર ભાસે છે અને જીવ પણ છે ત્યાં સુધી ભાસશે જ.

આત્મા જાગૃતમાં ભાસતા દેહ સાથે મળેલો હોય તો, નિદ્રા સ્વપ્ન, વગેરેમાં આનો આ દેહ શું કામ કરે છે ? એકનો એક આત્મા જુદી જુદી અવસ્થામાં જુદા જુદા દેહોને જુએ છે. આપણે એમ કહીએ કે, ‘મારો આત્મા ! જો આત્માને દેહ સાથે નિશ્ચિત માનીએ તો એવું બોલીએ નહિ, એ બોલવું જ જોઈએ છે, કેમ કે તે નિશ્ચિત તો નથી, પણ હું આત્મસ્વરૂપ જ છું, અને આત્મા મારાથી જુદી વસ્તુ નથી, મેં પોતે કીધું એમ કહેવાનું કારણ એ છે કે ‘હું પણ’ (આત્મ પ્રતીતિ). વધારે નિશ્ચયથી સમજાય, તે પ્રમાણે આત્મા એક જ છે, પણ દેહપણું જુદુ બતાવી તેનો ત્યાગ કરવાનો છે.

દેહ નથી અને જગત નથી, એમ કહેવું એ પણ સંકલ્પ છે. સંકલ્પ મનની અવસ્થા છે. મનમાં સંકલ્પ તો ઉઠવા દેવો જોઈએ નહિ. સહજ ભાવે જેમ થાય તેમ થવા દેવાનું છે, આગ્રહ કરવાનો નથી. કેમ કે તમે પુરુષ છો અને અન્ય સ્ત્રી છે અથવા તમે સ્ત્રી છો અને અન્ય પુરુષ (મરદ) છે એમ ગોખવાની કે આગ્રહ કરવાની કોઈ જરૂર નથી. કોઈ સ્ત્રીનાં કપડાં પહેરવાથી સ્ત્રી બની જતી નથી ને સ્ત્રી પુરુષ કપડા પહેવારવાથી પુરુષ બની જતી નથી. આમ સ્ત્રીપણું કે પુરુષપણું જેમ કુદરતી છે. તેથી આત્મા સિવાય બીજું કંઈ નથી એવો નિશ્ચય થવો જોઈએ અને તેનું નિઃશંકપણુ થયું, પછી તેનું વિસ્મરણ થવાનું નથી. માત્ર જેમ બાળકની સરળ ચેષ્ટા થાય છે તેમ ત્રણે સ્થિતિ બની રહે છે. વૃત્તિ - આવૃત્તિ કરવાની કોઈ જરૂર રહેતી નથી. વૃત્તિ - આવૃત્તિનો સંકલ્પ ઉઠતો જ નથી. બાળકના હાથ પગ આપમેળે હાલે છે, આંખ જ્યાં પડે ત્યાં જુએ છે, જે પડ્યું હોય તે ખાય છે. નાના પ્રકારની ઈચ્છા તેને થતી નથી. અમુક વ્યક્તિ જ્ઞાની છે, અમુક અજ્ઞાની છે. ફલાણો સારો છે, ફલાણો લુચ્ચો છે, હું બંધનવાન છું અથવા હું મુક્ત છું. એવા એવા સંકલ્પ વિકલ્પો તેને થતા નથી. એટલે બાળકને આપણે ભગવાનનું સ્વરૂપ માનીએ છીએ.

नाहो रात्रे यथा सूर्ये प्रमारूपा विशेषतः ।

बोधरूपा विशेषान्न बोधोबोधी तथात्मनि ॥ (ઉપદેશ સહસ્રી)

સર્વથા પ્રભાસ્વરૂપ એવા સૂર્યમાં દિવસ નથી કે રાત્રિ નથી, તેમ સર્વથા બોધસ્વરૂપ આત્મામાં જ્ઞાન નથી કે અજ્ઞાન નથી.

પ્રકાશ અંધકારનો નાશ કરે છે, પણ ચૈતન્યનો (આત્માનો) પ્રકાશ તો અજવાળા અંધારા સર્વને પ્રકાશે છે. જો તેમ ન હોય તો અંધારું દેખાય કેવી રીતે ?

આત્મા અણુ નથી વિભુ છે... ?

શરીરાદિ વિલક્ષણ આત્મા અણું છે, એવું સંપ્રદાયના આચાર્યો વગેરે માને છે, તેમનો આશય છે કે :-

‘अणोरणीयान्’ (કઠોપનિષદ ૧/૨/૨૦)

આ આત્માનું સ્વરૂપ છે.

अङ्गुष्ठमात्रः पुरुषोऽनन्तरात्मा सदा जनानां हृदये सन्निविष्टः । (કઠોપનિષદ ૨/૨/૧૨)

આ શ્રુતિઓથી આત્માનું પરિમાણ અંગુઠાના પ્રમાણમાત્ર માલુમ પડે છે.

‘बालग्रशतमागस्य’ (સ્વેતાશ્વતર ૫/૧)

આ મંત્રમાં આત્માનું અણુ પરિમાણ સ્પષ્ટ જ બતાવ્યું છે અને અણુ પરિમાણ આત્માનું તત્ત્વલોકગમન પણ સંભવ છે. એટલે આત્માનું પરિમાણ અણું છે.

‘अणोरणी यान्’ આ મંત્રવર્ણથી જે અણુથી પણ અણુ જેવો આત્માનું સ્વરૂપ કહેવામાં આવ્યું છે, આ તેની સ્તુતિ માત્ર છે, પરિમાણ નિર્ણય નથી.

अणिमा महिमा चैव गेरिमा लघिमा चचा ।

प्राप्तिः प्राक्काम्यमीशित्वं वशित्वं चाष्टसिद्ध्यः ॥

આ આઠ સિદ્ધિઓ આત્મામાં બતાવવામાં આવેલ છે, એટલા માટે આગળ ‘महतो महियान्’ (મોટાથી મોટો) આ વાક્ય - શેષ પણ સંગત હશે, અન્યથા પરસ્પર વ્યાધાત ઉપસ્થિત થાત. જે અણુ છે તે મહાન કેવી રીતે ? જે માની શકાય તો પરિણામ ભેદથી આત્મામાં પણ ભેદ માનવામાં આવશે, જેનાથી આત્માને અનિત્ય માનવાનું થઈ જશે. અસ્તુ, અંગુઠાદિ માત્ર સ્વરૂપનું જે કથન છે તે લિંગ શરીરાદિના તાત્પર્યથી છે. આત્મામાં ઔપચારિક છે. આ રીતે વિપક્ષના વિરોધનું નિવારણ કરીને સ્વપક્ષ (વિભુત્વ) સાધનાર્થ શ્રુતિઓને પ્રમાણરૂપથી આપે છે.

‘एषः सर्वेषु भूतेषु गूढोत्मा’ (કઠોપનિષદ ૧/૩/૧૨)

અહીં દર્શાવવામાં આવ્યું છે કે પ્રચ્છન્ન તથા (ગુપ્ત રૂપે) સર્વ ભૂતોમાં આત્મા સ્થિત છે. આ વાત આત્માને વિભુ માન્યા વગર ઘટિત થઈ શકતી નથી. એટલે આત્મા વિભુ છે.

इक्ष्वास्वमिदं सर्वं यत्किञ्च जगत्या जगत् । (इशोपनिषद् ૧)

સમગ્ર જગત પરમેશ્વર (ઇશ) થી વ્યાપ્ત છે. આરંભાદિત છે. (વાસ્યમ)

‘एत स्मादात्मनः आकाशः सम्भूतः ।’

આત્માથી વિભુ આકાશ પ્રગટ થયું, અણુ આત્માથી વિભુ આકાશનું થવું સંભવ નથી.

‘અયમાત્મા બ્રહ્મ’ ‘એકમેવાદ્વિતીયમ્’

બ્રહ્મ શબ્દનો અર્થ જ વ્યાપક છે. બ્રહ્મપદાભિધેય (બ્રહ્મ પદરૂપ આત્મા) અણું કેવી રીતે ? અદ્વિતીયતા તથા એકતાના વિના વિભુતા સંભવિત નથી.

‘તમાહુરગ્રં પુરુષં મહાન્તમ્’ (શ્વેતાશ્વતરોપનિષદ)

તે પુરુષને અનાદિ અને મહાન કહેવામાં આવ્યો છે.

‘અસ્થૂલમનપવહસ્વમ્’ (બૃહદારણ્યક.)

અહીં અણુતાનો શબ્દશઃ પ્રતિષેધ પણ મળે છે. એટલે ઔપનિષદ આત્મા અણુ નથી, પ્રત્યુત વિભુ છે, સર્વાન્તર્યામી છે.

આત્મ સ્વરૂપ એક બેથી રહિત છે - તે જ સર્વરૂપે ભાસે છે. આનંદરૂપ તમે જ છો, કદી દુઃખ નથી, તમે સર્વના પ્રકાશક છો. નેત્ર ઉઘાડો તો જગત આખું છે. દિવ્ય ચક્ષુ ઉઘાડો તો ચર્મચક્ષુ બંધ થાય અથવા ભલે ઉઘાડાં રહે તો પણ જગતનો નાશ છે, બલકે અત્યંતાભાવ છે. ઘડો તૈયાર થયો કે આકાશથી ભરાઈને નીકળે, એમાં કોઈ આકાશ ભરતું નથી કે એને માટે કાંઈ નવું આકાશ પેદા થયું નથી. આકાશ તો છે તે પણ ઘડા સાથે ફરે છે. ઘડો ફૂટે તો પણ આકાશ છે. ઘડાના જન્મ સાથે આકાશ જન્મ પામ્યું નથી. તમે અજર અમર છો. દેહ પડેથી સ્મશાનમાં ઘડો ભલે ફૂટે પણ જીવન શક્તિનું જીવન તમે છો, તેનું મરણ કે લય ક્યાં છે ?

સૂર્યમાં પોતાનાં ઉગવું - આથમવું હોય નહિ, તેને તો સદા મધ્યાહ્ન જ છે અને તે જ્યાં છે ત્યાં જ છે. તેવું આત્માનું પણ છે. એટલે જ તો શ્રુતિ પ્રમાણ છે કે - ‘સૂર્ય આત્મા જગત્ત્રક્ષુષસ્યઃ ૧ સૂર્ય જગતનો આત્મા છે અને જગતનો મિત્ર છે. ‘મિત્રસ્ય - વક્ષુ - ષા સમીક્ષાહે’ મિત્ર (સૂર્ય) ની આંખ એટલે કે જ્ઞાન ચક્ષુ વડે દરેક વસ્તુની સમીક્ષા કરીએ. આપણી પૂંઠ ફરે છે એટલે આપણે સૂર્યનો અસ્ત થયો કહીએ છીએ, તેથી સૂર્યમાં કંઈ ફેર પડતો નથી. આપણી પૃથ્વી ફરતી ફરતી તેના તરફ આવે છે ત્યારે આપણે સૂર્ય ઉગ્યો કહીએ છીએ. આપણે તારા દેખીએ નહિ, તેથી તારા છે નહિ એમ કહેવાય નહિ. તેમ આત્મા દેખાય નહિ, એટલા કારણથી નથી એમ કહેવું ઠીક નથી. હાથીની પાછળ ફૂતરા ભસે તો હાથીના સ્વરૂપમાં ફેર પડતો નથી. તેમ આત્માને ગમે તે લક્ષણ આપો તો પણ જે છે તે છે.

અપરિણામી છે આત્મા... અવચવરહિત તે !

કાચાકાર પરિણામી આત્મા છે. આ સાવચવ હોવા છતાં પણ નિત્ય કથવામાં આવેલ છે. એવું માનનારનું કહેવું કે જે પદાર્થોના ગુણ જ્યાં ઉપલબ્ધ હોય, તે પરિધિમાં જ તે પદાર્થ માનવો ઉચિત છે. આત્માના જ્ઞાનાદિ ગુણોની ઉપલબ્ધિ શરીરના અવચ્છેદનમાં જ છે તો શરીરવ્યાપી જ આત્મા માનવો જોઈએ. ન અણુ કે ન વિભુ. અવચવોમાં સંકોચ વિકાસ થાય છે અને હાથીનો આત્મા કીડીમાં પણ. ઉપનિષદોને પ્રમાણ ન માનનારા કુતાર્કિકોમાંથી છે.

આ સિદ્ધાંત ચુકિતથી અને શ્રુતિથી બંનેની વિરુદ્ધ છે. સંકોચ વિકાસના એ પરિણામ ભેદ એક વસ્તુમાં સંભવ નથી. જો માનવામાં આવે તો આત્માને ઉત્પાદક અને વિનાશ કરનાર માનવો પડશે. જેનાથી કૃતહાનિ અને અકૃતાભ્યાગમરૂપ દોષ આવી શકશે.

અવસ્થાંતર આપત્તિને પરિણામ કહેવાય છે. નિત્ય આત્માનું અવસ્થાંતર પ્રાપ્ત કરવું પણ સંગત નથી. ઉપનિષદોમાં કૂટસ્થતા બતાવી છે.

‘દ્યુવં તત્’ તે દ્યુવ છે. (કઠોપનિષદ)

‘ન જાયતે મ્રિયતે વા.’ જે જન્મતો નથી તે મરતો નથી. (કઠોપનિષદ ૧/૨/૧૮)

‘અવિકાર્યોઽયમુચ્યતે’ આત્મામાં વિકાર નથી. (ગીતા ૨/૨૫)

આ રીતે ઔપનિષદ્ આત્મતત્ત્વ આત્મા પરિણામી અથવા સાવચવ પણ નથી, એ ઠીક છે.

આપણું આ સ્થૂળ શરીર એ દૃશ્ય પદાર્થ છે અને તે વિષે બીજા પદાર્થ કરતાં આપણે વિશેષ જાણીએ છીએ. આથી ત્યાંથી આપણી શોધ શરૂ કરીએ. આમ કરતાં આપણને પ્રથમ પ્રશ્ન એ જડો થાય છે કે, આ શરીર સત્ છે ? સત્ એટલે શું ? ‘કાલત્રયેઽપિ તિષ્ઠતિ ઇતિ સત્’ - ત્રણે કાળ ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્યમાં એકસરખું રહી શકે તે સત્ય કહેવાય છે. આપણે સત્ની વ્યાખ્યા સમજ્યા પછી તે શરીર સત્ નથી એમ કહેવું પડે, કારણ કે તે ત્રણે કાળમાં એકસરખું રહેતું નથી. શરીરનું પહેલાં અસ્તિત્વ ન હતું, હાલ તે છે અને હવે પછી તે રહેવાનું નથી. શરીરની ઉત્પત્તિ થઈ ત્યારથી તપાસીએ તો પણ લાગશે કે શરીર પ્રથમ નાનું હતું, હાલ આવું છે અને હવે પછી બદલાશે. ‘શીયતિ ઇતિ શરીરમ્’ આ શરીરની વ્યાખ્યા છે - સદા સરી રહ્યું છે. બદલાઈ રહ્યું છે તે શરીર. આથી શરીર સત્ નથી. એટલે ઇન્દ્રિયો પણ સત્ નથી.

શરીર સાથે મનનો સંબંધ છે, આથી બીજો પ્રશ્ન એ ઉદ્ભવે છે કે, શરીર સત્ નથી તો ‘મન સત્’ છે ? વિચાર કરતાં જણાશે કે મન પણ ત્રણે કાળમાં એકસરખું રહેતું નથી. તેમાં વખતો વખત પરિવર્તન આવે છે અને આવશે. એ જ પ્રમાણે બુદ્ધિ પણ સત્ નથી કારણ કે તે પણ એકસરખી રહેતી નથી. વખતો વખત બદલાયા કરે છે. સારી રીતે સમજાય તે માટે ઉપર કથિત ત્રણ - શરીર, મન અને બુદ્ધિ મુખ્ય પ્રતીત થતાં લીધાં છે. અને તેથી એટલું તો સિદ્ધ થાય છે કે ‘સત્’ શરીર મન અને બુદ્ધિથી પર જુદું છે. શરીર, મન અને બુદ્ધિ તેને પહોંચી શકતા નથી.

આના આધારે હવે આપણે સત્નાં લક્ષણો બાંધીએ :-

‘સત્’ શરીરથી પર છે. શરીર આકારવાળું છે, આથી ‘સત્’ નિરાકાર.

‘સત્’ મન, બુદ્ધિ અને ઇન્દ્રિયોથી જાણી શકાય નહિ તેવું છે; એટલે સત્ નિરંજન.

શરીર, મન વગેરેને વિકાર થાય છે, પણ ‘સત્’ એથી પર છે એટલે ‘સત્’ નિર્વિકાર.

સંકલ્પ-વિકલ્પ વગેરે મનના-બુદ્ધિના છે, પણ ‘સત્’ એથી પર છે, માટે ‘સત્’ નિર્વિકલ્પ.

મન, બુદ્ધિ, વગેરે નૈતિક એક તક કાળમાં રહે છે અને જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે. તેથી ‘સત્’ જ્ઞાન સ્વરૂપ અગર ચિત્ત.

ત્રણે કાળમાં એકસરખું રહે છે અને પોતે જ છે તેથી ‘સત્’ સત્ય.

શરીર, મન, બુદ્ધિ વગેરેને સુખ-દુઃખ થાય છે. ‘સત્’ એ બંધાંથી એટલે સુખ, દુઃખથી પર છે, એટલે ‘સત્’ આનંદ.

શરીરને ભય, મનને ભય, પણ ‘સત્’ બંનેથી પર છે, એટલે ‘સત્’ ભય રહિત - નિર્ભય.

શરીર, મન વગેરેને જન્મ મરણ થાય છે. પણ ‘સત્’ એ બંનેથી પર છે, એટલે ‘સત્’ અજર - અમર.

આ બધા પરથી ફલિત થાય છે કે સત્ નિરાકાર, નિરંજન, નિર્વિકાર, નિર્વિકલ્પ, સત્, ચિત્ત, આનંદ, નિર્ભય, અજર - અમર વગેરે છે.

જ્યારે ‘સત્’ ની શોધ શરીર વગેરેથી કરી ત્યારે ‘હું’ કોણ ? હું તે આ શરીર, મન કે બુદ્ધિ ? આપણે જાગ્રત અવસ્થાનો અનુભવ તપાસીશું તો સમજાશે કે જાગ્રત અવસ્થામાં જે વ્યવહાર થાય છે તે શરીરને હું માનીને થાય છે, જેમ આપણે કોઈને પૂછીએ કે ભાઈ તમે આવ્યા ? તો તે કહેશે કે હા, ‘હું’ આવ્યો. એ વાક્યમાં ‘હું’ નો શું અર્થ થયો ? ત્યાં ‘હું’ એટલે આ સ્થુળ શરીર એવું નક્કી થયું. આ મારો ભાઈ, આ મારી પત્નિ, આ મારો પતિ, આ મારો પુત્ર એટલે આ બધા શરીરના સગા-સંબંધી થયાં, આત્માના નહિ. જાગ્રત અવસ્થાના હરરોજના અનુભવથી સમજાયું કે ‘હું શરીર છું’.

હવે બીજો અનુભવ સ્વપ્નાવસ્થામાં શરીર પડ્યું છે, આંખો બંધ છે, પણ સ્વપ્ન આવે છે ત્યારે કહીએ છીએ કે આજે સ્વપ્નમાં મારી પ્રિય પાત્ર સાથે બગીચામાં મુલાકાત થઈ વગેરે. એમાં હુંનો અર્થ શરીર નથી. પણ ‘મન’ હું છું, એમ થયું. શરીર હું નથી પણ મન હું છું. એમ સ્વપ્નાવસ્થાનો અનુભવ કહે છે.

હવે થોડા આગળ જઈએ. આપણને ગાઢ નિદ્રા આવે છે. અર્થાત્ આપણી સુષુપ્તિ-અવસ્થા થાય છે. ત્યારે શરીરનું ભાન નથી, નથી મનનું ભાન, નથી બુદ્ધિનું ભાન છતાં આપણે મરી ગયા નથી. જો શરીર અને મનનું ભાન ન હોય ત્યારે આપણે મરી જવું

જોઈએ. પરંતુ આપણે નિદ્રામાંથી જાગીએ છીએ કે તરત જ આપણે કાંઈ ખબર પડી નહિ. હું સુખેથી ઊંઘ્યો એનો અર્થ એ થયો કે, શરીર અંત મન સુખથી સૂતેલાં હતાં અને મને કાંઈ ખબર પડી નહિ, એટલે મન અને બુદ્ધિને કાંઈ ખબર પડી નહિ.

‘આજે હું સુખપૂર્વક એવો ઊંઘ્યો કે મને કાંઈ ખબર પડી નહિ.’ એનો અર્થ પણ એ થયો કે કોઈ જાણનાર સાક્ષી - શરીર, મન, બુદ્ધિ પર જાણનાર ન હોત તો સવારે ઉઠી કોણ કહેત કે શરીર, મન વગેરે સૂતેલા હતા. એટલે શરીર, મન, બુદ્ધિને કાંઈ ખબર પડી નહિ. ‘હું’ (સાચો હું એટલે કે સાક્ષી આત્મા) શરીર, મન, બુદ્ધિ વગેરેથી પર છું. બીજું એ સિદ્ધ થયું કે નિદ્રાવસ્થા એ અજ્ઞાન અવસ્થા છે. વિશેષ એ પણ સમજાય છે કે ‘હું’ શરીર, મન અને બુદ્ધિથી જુદો છું અને શરીર, મન વગેરે જ્યાં જાય જે તરફ ગતિ કરે ત્યાં પ્રથમ ‘હું’ (સાચો ‘હું’ આત્મા) હાજર છું. મારી હાજરી વગર કોઈથી કાંઈ ઘટિત થતું નથી, બનતું નથી.

‘સત્’ શરીર, મન બુદ્ધિ વગેરેથી પર છે અને બુદ્ધિથી પર એટલે સત્ તે હું પોતે (આત્મા). સત્ના જે લક્ષણો તે મારાં લક્ષણો. ત્યારે હું કેવો ? ‘હું’ નિરંજન, નિરાકાર, નિર્વિકાર, સત્, ચિત્, આનંદ (સચ્ચિદાનંદ), નિર્ભય, અજ, અજર, અમર વગેરે છું.

મારું શરીર, મારું મન, મારી બુદ્ધિ, મારા પ્રાણ વગેરે એટલે શરીર, મન, બુદ્ધિ, પ્રાણ, ઇન્દ્રિયો વગેરેને હું જાણું એ બધાં મને (આત્માને) જાણતા નથી. તેમજ એ બધાંના નાશથી મારો (હું-આત્માનો) નાશ થતો નથી. એ બધા નોકર મારાં અને હું બધાનો માલિક (શેઠ) એ બધાને મારે કહ્યામાં રાખવા જોઈએ. શરીર, મન, ઇન્દ્રિયો, બુદ્ધિ વગેરે આપમેળે સ્વચ્છંદ રીતે વર્તે તેમ ન થવું જોઈએ, પણ બરાબર આપણા કહ્યા પ્રમાણે વર્તન કરે તેમ હોવું ઘટે. આખા દિવસમાં માણસ આટલો વિચાર આઠ-દસ વખત કરે તો શું ખરેખર સુખી ન થાય ? આમાં કોઈ ત્યાગ કરવાનો નથી, જંગલમાં જવાનું નથી, પણ બેઠો હોય ત્યાં એકાંત થઈ શકે છે.

જ્ઞાન સ્વરૂપ છે આત્મા, જ્ઞાનાશ્રય નથી તે !

ન્યાયાદિ દર્શનોમાં આત્મા આત્માનું આજ મુખ્ય લક્ષણ માનવામાં આવ્યું છે કે આત્મા તે છે કે જે જ્ઞાનનો આધાર છે. આત્મા સ્વતંત્ર દ્રવ્ય છે, તેમાં સમવાયથી જ્ઞાન, સુખ, દુઃખ, ઇચ્છા આદિ ચોદ ગુણ ઉત્પન્ન થાય છે. અને કાર્ય કારણભાવ પૌર્વાપર્ય નિયમના (Theory of Causation) અનુસાર મુક્તિ પણ સંગત છે, પ્રમાણ, પ્રમાણિત, પ્રમેય, પ્રમાતા - એમાં ભેદ આવશ્યક છે, આ રીતે જો જ્ઞાન જ આત્મા છે તો ઘટવિષયક જ્ઞાન, આત્મા છે તો પટવિષયક ? આ પ્રશ્ન નિરૂપિત રહેશે.

‘યઃ સર્વજ્ઞઃ સર્વચિત્’ આ શ્રુતિમાં સર્વજ્ઞ શબ્દનો અર્થ છે કે ‘સર્વપદાર્થ વિષયક જ્ઞાનવાન’ અહીં આધારનો બોધ અનિવાર્ય છે. આ રીતે ‘અસુખમ્’ એ શ્રુતિનો પણ ‘આત્મા સુખ ભિન્ન’ અર્થ માનવો જોઈએ.

આત્મા જ્ઞાનસ્વરૂપ જ છે. જ્ઞાન ભિન્ન સર્વપદાર્થ જડ હોય છે અને આત્માને જડ માનવું મહામૂર્ખતાનું લક્ષણ છે. ઉપનિષદોમાં કહેવામાં આવ્યું છે :-

‘અત્રાયં પુરુષઃ સ્વયંજ્યોતિઃ’ (બૃહદારણ્યક.)

‘સત્યં જ્ઞાનમનન્તં બ્રહ્મ’ (તૈત્તિરીય.)

‘અયમાત્મા બ્રહ્મ સર્વાનુભૂઃ’ (બૃહદારણ્યક.)

‘વિજ્ઞાનમાનન્દં બ્રહ્મ’ (બૃહદારણ્યક.)

આ વાક્યોમાં આત્માને જ્ઞાન સ્વરૂપ કહ્યો છે. ‘વિજ્ઞાનમ્’ આ વાક્યમાં વિશેષતાથી જ્ઞાન જેનું છે, ઇત્યાદિ રીતે વ્યાખ્યાન સ્વર શાસ્ત્રથી વિપરીત હોવાને કારણ નથી માનવામાં આવતું. એટલે ઓપનિષદ આત્મા જ્ઞાન સ્વરૂપ છે એ માનવું ઉચિત છે. ઘટવિષયક વિજ્ઞાન આત્મા છે કે વિષયક ? આ પ્રશ્નનો એ ઉત્તર હોઈ શકે કે ‘સત્યં જ્ઞાનમનન્તં બ્રહ્મ’ (તૈત્તિરીય.) અહીં આ સર્વ પદલક્ષણ વૃત્તિથી સ્વાર્થેતર વ્યાવૃત્ત વસ્તુ સ્વરૂપના બોધક છે.

જ્ઞાન શબ્દ જ્ઞાનેતર વ્યાવૃત્ત બ્રહ્મનો બોધક છે. અર્થાત્ બ્રહ્મ અજ્ઞાન રૂપ નથી. અથવા સર્વવિષયક જ્ઞાનને આત્મા કહેવામાં આવે તો કોઈ આપત્તિ નથી, કારણ કે પ્રત્યેક સર્વજ્ઞ એટલા માટે નથી થઈ શકતો કે તે ઉપાધિ પરિરિચ્છન્ન છે, અને જ્ઞાનના સાધન કે જે અંતઃકરણવૃત્તિ આદિ છે, તે સન્નિહિત નથી હોતા, જે વિષયને માટે સામગ્રી હોય છે તે વિષયમાં જ્ઞાન અવશ્ય જ થાય છે.

આપણે શુદ્ધ સ્વરૂપ, વિશુદ્ધાનંદ, સાક્ષી ચૈતન્ય છીએ, ન માનીએ તો પણ આ વાત સત્ય છે. આપણું આત્મ સ્વરૂપ દેહ, મન વગેરે ભાવોથી પર છે. જે બંધી ગરબડ છે તે મનની છે અને તે મન પણ ક્યારે થાય કે જ્યારે આપણા એક જ દેહને સત્ય માની તેના સંબંધીઓને સત્ય માનીએ ત્યારે. એ આપણો સુષુપ્તિ અવસ્થાનો દરરોજનો અનુભવ છે. જે અવસ્થા આપણે સુષુપ્તિ અવસ્થામાં અજ્ઞાનતાથી

અનુભવીએ છીએ, તે જ જાગૃત અવસ્થામાં અનુભવીએ છીએ. ત્યારે જ ખરી આનંદની ઝડી જામે છે. એટલે જાગ્રતમાં શરીર અને મનમાં અહં મૂકીએ જ નહિ, પણ એ શરીર અને મનના વ્યવહારને જાણનાર હું માં જ મૂક્યા કરવાનું છે. આપણાં એ શરીર અને મનના વ્યવહારને જાણનાર ‘હું’ છું, એ સનાતન સત્ય છે, એ અનુભવે સમજાય છે. આપણી જેટલી જેટલી ક્રિયા દરરોજ બદલાતી જાય, તે દરેક વખતે એટલું જ પૂછ્યા કરીએ કે, એ ક્રિયા કરનાર કોણ ? એ ક્રિયા કરાવનાર કોણ ? અને હું કોણ ? એ ત્રણ પ્રશ્નો મૂક્યા જ કરીએ બહાર બોલીએ કાંઈ નહિ. આથી તરત જ સમજાશે કે, એ ક્રિયા શરીર કરે છે અને બધાને મન તથા પ્રાણ ક્રિયા કરાવવામાં કારણભૂત છે. હું તો બધાને (બધી ક્રિયાને) સાક્ષી માફક જોયા જ કરું છું. એ ક્રિયાઓ થાય કે બંધ રહે ત્યારે પણ હું તો છું જ. તે વખતે સાક્ષીભાવ રહેતો નથી. આ સાચી અનુભવની વાત છે. એ જ ખરી સ્થિતિ છે. એ અનુભવ જ દૃઢતાને પામવો જોઈએ. એ એટલે સુધી દૃઢ થવો જોઈએ કે જેમ આપણે શરીર છીએ અને બ્રાહ્મણ કે ક્ષત્રિય આદિ છીએ એ જેટલું દૃઢતાને પામ્યા છીએ તેવું થવું જોઈએ. એવી દૃઢતા ન આવે ત્યાં સુધી વખતો વખત ઉપર પ્રમાણે ગોઠવતા રહેવું આવશ્યક છે.

કોઈ એને યોગ કહે, કોઈ આત્માની ભક્તિ, કોઈ જ્ઞાન કહેશે તો કોઈ વળી વિચાર કહી ઓળખાવશે. એ ઝઘડામાં આપણે શા માટે પડવું ? કારણ કે આપણે તો એ બધાથી પર છીએ. એમાં ભક્તિ નથી, યોગ નથી, કર્મ નથી, જ્ઞાન નથી, છતાં બધું જ છે. કંઈ એનાથી અલગ નથી. જેવું આપણું સ્વરૂપ છે તેવું જ જ્ઞાની, અજ્ઞાની, યોગી, ભક્તો અને જેને લોકો પતિત ગણે છે તે સર્વનું એ સ્વરૂપ છે. માત્ર તેના અનુભવવા ન અનુભવવામાં ફરક છે. કોઈ એ પ્રમાણે કહે છે કે નહિ અથવા કેમ કરતા નથી એ વિચાર પણ છોડીએ, એટલી આશક્તિ પણ શા માટે જોઈએ ? આમ કરતાં કરતાં બધી વાસનાઓ આછી-પાતળી થઈ જશે અને કોઈક વાર તો એવું પણ થઈ આવશે કે મારે જોઈએ શું ? મારે કોનો વિચાર કરવો ? હું યાદ કરનાર કોણ ? સૌ સૌના સ્થાનમાં બેઠાં છે, તેમાંથી આપણે તેમના આનંદનો ભંગ કેમ કરીએ ?

વ્યવહારમાં જે જે કામો આવી પડે તે શરીર પાસે કરાવીએ અને તે પણ પ્રસન્ન ચિત્તથી. કદાચ, કોઈ સમયે કામ બગડી જાય, નિષ્ફળતા મળે તો બીજી વાર સાવધાન રહીએ. પણ કંટાળો લાવી મનને નિર્બળ ન બનાવીએ. આપણે કર્મ કરતા જ જઈએ પણ આસક્તિ વિના ‘હું’ અને મારાપણાની ભાવના વિના.

આત્મા ઉપાદાન કારણ અને નિમિત્તકારણ

‘યતો વા ઇમાનિ ભૂતાનિ જાયન્તે યેન જાતાનિ,
જીવન્તિ યત્પ્રયન્ત્યપિ સંવિશન્તિ તદ્ બ્રહ્મ ા’

ઈત્યાદિ શ્રુતિઓથી જગતનું કારણ ‘બ્રહ્માત્મતત્ત્વ’ છે, એ અવગત થયું. અહીં શંકા ઉપસ્થિત થાય છે કે ઘડાની માટી સમાન ઉત્પાદન કારણ છે કે ઘડાને બનાવનાર કુંભારની સમાન ‘નિમિત્ત કારણ’ માનવામાં આવે. કારણ કે તે બ્રહ્મના વિષયમાં ઉપનિષદમાં કથન છે કે :- ‘સ એક્ષત ઈક્ષાચક્રે’ (પ્રસ્નોપનિષદ) (સૃષ્ટિની તેણે ઇચ્છા કરી). ઇચ્છા તથા મનનપૂર્વક કાર્ય કરવું આ નિમિત્ત કારણનું જ લક્ષણ છે. આદાન-કારણ કારણના ગુણધર્મોના કાર્યમાં અનુવૃત્તિ જોવા મળે છે. જો ચેતન આત્માને જગતનું ઉપદાન કરવામાં આવે તો જગતમાં કંઈ પણ જડ ન હોઈ સર્વ ચેતન સ્વરૂપ જ હોવું જોઈએ.

એ ઉચિત છે કે ઇચ્છા કરનાર બ્રહ્મ જગતનું કારણ છે, કિંતુ ઉપાદાન પણ માનવું જોઈએ, જે ગુણધર્મના અનુવર્તનનો પત્ર છે તે વિવર્ત માનવાથી સમાહિત થઈ શકે છે. જગત અવિધાનું પરિણામ છે અને બ્રહ્માત્મ તત્ત્વનો વિવર્ત છે. કોઈ નિશ્ચયાત્મક વસ્તુનું જો અન્ય રૂપથી ભાન થવા માંડે તો તેને ‘વિવર્ત’ કહેવાય છે. જે રીતે દોરડીમાં સર્પાકારનું ભાન અનુભવાય છે. ઉપાદાનના જ્ઞાનથી કાર્યનું જ્ઞાન પણ સરળ થાય છે, આ વિષય આત્માના સંબંધમાં ઉત્પન્ન છે.

ઉપનિષદમાં પ્રશ્ન કરવામાં આવ્યો છે કે :-

‘કસ્મિન્નુ મગવો વિજ્ઞાતે સર્વમિદં વિજ્ઞાતં મવતિ ા’

‘કોના જ્ઞાનથી આ સર્વનું જ્ઞાન થઈ શકે છે ?’

આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ છે કે :-

‘આત્મનિ ચ્છલવરે દૃષ્ટે શ્રુતે મતે વિજ્ઞાતે ઇદં સર્વં વિદિતં મવતીતિ ા’

આત્મ તત્ત્વના શ્રવણ-મનનાદિથી આ સર્વ જગત જ્ઞાત થઈ શકે છે. આ ભાન વિના આત્માનુવૃત્તિ (આત્મા વ્યાતિરેક્ષિતા) નથી થઈ શકતું અને અવ્યતિરેક્ષતા આત્માને ઉપાદાન માન્યા વિના નથી આવી શકતી. એટલે આત્માને ઉપાદાન માનવું પણ આવશ્યક બની જાય છે.

સહુ કહે છે કે, પ્રારબ્ધ છે અને તે સંકલ્પ તથા સુખ-દુઃખ લાવી આપે છે. જેનું મન સાધ્ય નથી તેને એમ જ જણાય છે. બાકી પ્રારબ્ધ છે જ ક્યાં ? પ્રારબ્ધ લાવે તે તમારું પ્રારબ્ધ તે તમારું પ્રારબ્ધ કોઈ બીજાનું ? તે પણ તમોએ કર્મથી રચેલું પ્રારબ્ધ લાવે તો તમે કેમ નહિ લાવો ? પ્રારબ્ધને બદલો. બદલવું તમારા હાથમાં છે. તમારું મન દૃઢ હોય તો પ્રારબ્ધ શું કરે ? સઘળું તમે જ કરી શકો છો. સર્વે મનની કરામત છે. માટે મનને સ્વાધિન રાખો અને પછી કરી જુઓ. શું નથી બની શકતું ? નહિ. બને ત્યાં સુધી મન નિર્બળ છે. મારે તેને હજી પણ ફરી ફરી પ્રયત્ન સબળ કરો.

ઈશ્વરનું લક્ષણ શું છે કે - ‘કર્તુ અર્કર્તુ અન્યથા કર્તુમ્ સમર્થઃ’ શક્ય છે તેને અશક્ય બનાવવા અને અશક્ય છે તેને શક્ય બનાવવા સમર્થ છે તે ઈશ્વર. એ ઈશ્વરની શક્તિ તમારામાં જ છે. સ્વપ્ન સૃષ્ટિ રચવામાં તમને કોઈની સહાયતા જોઈતી નથી. તમારું મન કોઈ કોઈ સંકલ્પ કરે છે અને ભૂંસી નાખે છે અને વળી નવા કરે છે. કાંઈ કાંઈ સ્વપ્નના સ્વાંગ ખડા કરે છે. તે જ મને આ જાગ્રત ઈન્દ્ર જાગ રચી છે. દેહભિમાનનો પથ્થર પડેલો છે તેની કૂંચીઓ ભૂલાઈ ગઈ છે અને જ્યારે જોઈએ ત્યારે મન શોધી લેતું નથી. યોગાભ્યાસે મન સ્થિર થાય તો ભૂલમાંથી છૂટકારો થાય અને કૂંચી જડવાથી સાધ્યા થયેલું મન તરત જ જે જોઈએ તે શોધી આપે. સ્વપ્નમાં રાજા થવાય, જાગ્રતમાં રાજ્ય ભોગવાય, એ શું કાંઈ બહારથી આવે છે ? એ પણ મનના ભંડારમાંથી જ આવે છે. ‘મન ચંગા તો કથરોટમાં ગંગા’ આ કહેવતમાં સાતત્ય છે.

મનની પેટીનો ભંડાર અખૂટ ભરેલો છે. મન ચંચળ અને અવ્યવસ્થિત હોય તેથી હાલ્યા કરે છે અને ભંડારમાંથી જોઈતી વસ્તુ પ્રાપ્ત થાય નહિ પરંતુ સ્વપ્નમાં ચમકારા થાય, ઉપર આવે ને સમાઈ જાય. સ્વપ્ન ગમે તેટલું સારું હોય પણ તેને પોતાનું કરી રખાતું નથી, મનની વ્યવસ્થા સ્થિર હોય તો ભાંજગડ પડતી નથી માટે મનને સાધ્ય કરો. જે સંકલ્પ કરીએ તે જ ઉભો રહે, બીજાને પગપેસારો કરવા દેવો નહિ, તો પછી જે જોઈએ તે તૈયાર છે જ. પડ ખસેડો અને જ્યાં હોય ત્યાંથી હસ્તગત કરો. ચાલતા સંકલ્પને ત્યાગવા અને ધારેલા બીજાને ઉદિત કરવા એ બંને કૂંચીઓ હાથ આવે તો ઈશ્વર થવાય.

આત્મામાંથી સઘળું પ્રગટ થાય છે. જ્ઞાનરૂપી ભંડારમાંથી પુરુષાર્થનું ફળ મળે છે. બુદ્ધિ જહાજથી આ ભવસાગર પાર જવાય છે. શું સમજણ ઊંઘી છે ? તમે મહાસમુદ્ર આત્મારૂપ છો અને સંસાર તમારા વિષે એક રાઈના દાણા જેવો બિંદુ માત્ર છે, તે છતાં તમે કહો છો કે આ મોટા સંસાર સમુદ્રમાં હું તો એક બિંદુરૂપ જીવ છું ! તણખલા તુલ્ય છું. આ કથન ઉચિત નથી. તમે સમુદ્રરૂપ છો, તમારા એક બિંદુમાં આખો સંસાર છે. ‘બુંદ મે સમુંદર છુપાયા હૈ’ અધિષ્ઠાન તો આપણે કરીએ છીએ. આપણા ઉપર આ જગતની રચના છે, જે બ્રહ્માંડમાં છે તે બધું પિંડ-શરીરમાં છે. આપણી એક પલકમાં જગત છે, નથી તે. એક સંકલ્પમાં એક વૃત્તિમાં, સંસાર ખડો થાય છે. જીવરૂપ માનીએ તેથી તરવું કઠણ છે. સ્વપ્નમાં વિશાળ સમુદ્ર પર્વત અરણ્ય દેખાય છે. તેમાં જે દેહ ધારણ કર્યો છે તે રૂપ બનીએ છીએ કરીએ છીએ. પણ તે સંકલ્પમાં છે, જાગીએ તો તેમાંનું કાંઈ નથી. ભય પણ નથી. નહિ તો જાગ્યા વિના સ્વપ્નના હજારો ઉપાયોથી ભયનું નિવારણ થવું શક્ય ન હોતું. સ્વપ્નમાં આખી સૃષ્ટિ પોતે ખડી કરે છે, તો પણ તેનામાં અલ્પકાળમાં સહભાવ કરી સ્વપ્ન પુરુષ માની બાકીનું બધું ખોટું છે એમ સમજે છે. અને પોતાની અલગ પારકું છે એમ પરભાવ માને છે. જે કે પોતાનામાં પોતે આખી સ્વપ્ન સૃષ્ટિ ખડી કરે છે એ મનની કરામત છે. એને સ્વપ્નમાં ભયોનો લેશ માત્ર સ્પર્શ નથી. સ્વપ્ન પુરુષ તરીકે પણ નથી અને પથારીના દેહ પુરુષ તરીકે પણ નથી, છતાં સ્વપ્નમાં પોતે કેવો ભયભીત થઈ જાય છે ? શું ચમત્કાર ? શું ભ્રાંતિ ? કેવો અદ્ભુત ખેલ ? કેટલી દીનતા ? આખી સ્વપ્ન સૃષ્ટિ થાય છે તેનો પથારીવશ પુરુષને જરા પણ

બોજો છે ? પરિશ્રમ પણ છે ? તેમ જાગ્રતમાં પણ જીવ સ્વરૂપ છે થયું જ નથી, માત્ર બ્રાંતિ છે. માત્ર ભાવના બદલતાં બધું બદલાશે, બીજો ઉપાય નથી. શરીર છે એમ શું કામ માનો છો ? શરીર છે ક્યાં ?

કર્મથી ઉત્પત્તિ - નાશ - ઉત્પત્તિ થાય છે પણ જ્ઞાનની નથી જ, તમે આત્મા છો. આત્મા જન્મતો નથી, વૃદ્ધ થતો નથી, મરતો નથી, તેનો આરંભ નથી, અંત નથી. એ તો શાશ્વત પ્રભુ છે.

उपादानं प्रपञ्चस्य ब्रह्मणोन्यत्र विद्यते ।
 तस्मात्सर्वप्रपञ्चोऽयं ब्रह्मैवास्ति न चैतरत् ।
 व्याप्यव्यापकता मिथ्या सर्वमात्मेति शासनात् ।
 इति ज्ञाते परे तत्त्वे भेदस्यावसरः कुतः ॥

પ્રપંચનું ઉપાદાન બ્રહ્મ વિના અન્ય નથી. માટે સર્વપ્રપંચ બ્રહ્મ જ છે, અન્ય નથી. વ્યાપ્ય અને વ્યાપક એ સંબંધ માત્ર મિથ્યા છે, કેમ કે ‘સર્વ આત્મા છે’ એવી શ્રુતિ છે આ પ્રકારે પરતત્ત્વ જાણ્યા પછી ભેદનો અવકાશ જ ક્યાં છે ? (અપરોક્ષાનુભૂતિ)

જગતનું કારણ જ આત્મા છે...!

જે પણ આ કાર્યજાળ જોવામાં આવે છે, એ સર્વનું કારણ તે એક આત્મા જ છે, અને કોઈ અન્ય તેને અપેક્ષિત નથી. એતરેયોપનિષદમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે :-

ૐ આત્મા વા इदमेक एवाग्र आसीत् नात्यत्किञ्चन मिषत् ।

स ईक्षत लोकान्नु सृजाइति ता (૧/૧/૧)

‘આ સમગ્ર જગત પૂર્વમાં આત્મા જ હતું, અન્ય કોઈ બીજું તત્ત્વ હતું નહિ, તે આત્માએ પોતાની ઇચ્છાથી લોકનું સર્જન કર્યું.’

આથી એ સિદ્ધ છે કે સૃષ્ટિના મૂળમાં એક બ્રહ્મ તત્ત્વ જ રહ્યું છે. સર્વ જગત તેનો વિપર્ત છે, એટલે તેનાથી વિરૂપ છે.

तमेव भ्रान्तमनुमाति सर्वं तस्य भासा सर्वमिदं विभाति ता (કઠોપનિષદ)

આ એક કારણવાદ યુક્તિ સંગત પણ છે, દર્શન શાસ્ત્રનો ઉદ્દેશ્ય મૂળ તત્ત્વનો પરિચય કરાવવાનો જ છે, કારણ કે માનવની આ સ્વાભાવિક પ્રવૃત્તિ છે કે તે અનેકોમાં એકતા જોવા ઇચ્છે છે, ઉદાહરણ રૂપમાં જોઈએ :-

રામ, શિવ, ચંદ્રદત્ત કે-શવદત્ત, દેવદત્ત જેવા નામની વ્યક્તિ જ્યારે આપણી સન્મુખ આવે છે તો અમારા અંતસ્તત્ત્વમાં પ્રશ્ન ઉઠે છે કે ‘એ ભિન્ન છે કે કિંવા કોઈ રૂપમાં એક પણ છે ?’ ઉત્તર મળશે ‘એ બધા પુરુષ છે.’ એ જ રીતે સીતા, સાવિત્રી, રાધા, રંભા, પાર્વતી, લક્ષ્મી આદિમાં પણ શંકા થશે. ફળતઃ સ્ત્રીરૂપમાં તેમને એક માત્રી શકીએ છીએ. આ સ્ત્રી-પુરુષના સમુદાયમાં પણ મનુષ્ય રૂપમાં એકતા મળે છે. આ મનુષ્ય સમૂહ અને બીજો પશુ સમૂહ, અન્ય પક્ષી સમૂહ અને કુક્કર સમૂહ. એમાં જો ભેદ શંકા હોય તો તેનું સમાધાન ‘એ બધા સજીવ છે.’ અર્થાત્ પ્રાણીત્વેન (આત્મતત્ત્વેન) બધાને એક કહીશું.

આ તરફ આત્મા છે, કોઈ જડ પદાર્થ પણ છે, એમાં ભેદાભેદ વિચારમાં જ રામસ્વ દાર્શનિકોના મસ્તિષ્ક રફોટ છે. કોઈપણ એનું એકીકરણ નથી કરી શકતા તથા જડને માટે એક પ્રકૃતિ તત્ત્વ અલગ પણ માને છે. પરંતુ ઉપનિષદની વિચારધારામાં એમાં સંતોષ માનવો ઉચિત નથી. જડ અને આત્મા એની પણ એકતાનો અનુભવ માન્યો અને સકળ જડને પણ ‘આત્મે વેદમગ્ર આસીત્’ કહીને આત્મામાં સમાવિષ્ટ કરવામાં આવ્યું. આ રીતે આત્મા એક જ મૂળ કારણ સિદ્ધ થયો, આ શ્રુતિ સિદ્ધાંત જ નથી, પરંતુ યુક્તિ યુક્ત પણ મળે છે. જેમ કે પૂર્વમાં આત્માને કારણ સિદ્ધ કરવામાં આવેલ છે. લોક વ્યવહારમાં પણ આ ‘ન્યૂનતમ કારણવાદ’ (Law of Parsimony of Causes) તથા સૃષ્ટિની મિત વ્યયિતા (Law of economy nature) પ્રસિદ્ધ જ છે. આપણે કોઈ કાર્યની ઉત્પત્તિ જો સ્વત્ત્વ કારણોથી કરી શકીએ તો વધુ સામગ્રી એકત્રિત કરવાની ઉચિત નથી માનતા. પ્રત્યુત એવું કરનારને વિદ્વાન કહેવાતો નથી.

આ પ્રકારે આત્મ તત્ત્વ જ કેવળ જગતનું ઉપાદાન કારણ માનવામાં આવે તો આ શ્રુતિ સમ્મત જ નહિ, પરંતુ યુક્તિ સમ્મત પણ છે.

જ્ઞાન-પ્રકાશની વાત તો એવી છે કે, સૂર્ય તેજસ્વી છે એ પણ જ્ઞાનમાં જણાય છે, જે લોકો માત્ર પોપટની માફક બોલે છે, ‘આત્મા સત્ય જગત મિથ્યા’ તે લોકો તત્ત્વને ઓળખીને જ કહે છે તેમનાથી જગતનો નિષેધ થાય તો ‘મયિ એ સક્લં વાતં મયિ એવ લય ઇતિ ચ’ એટલે ‘સઘળું’ મારામાં ઉત્પન્ન થયું છે અને મારામાં જ લય થાય છે. એ વાત સિદ્ધ થાય નહિ. જગત પોતામાં ઉડે છે એ બોધ તૈયાર થવો જોઈએ અને તેનાં ફૂંચી, જાગ્રત-સ્વપ્નાદિ અવસ્થા નિરંતર અનુભવ આપે છે. માટે બહિર્બુદ્ધ દૃષ્ટિ છોડવા અને નિદ્રામાં અભાવ છે તે અભાવને અંતે હું રહું છું એમ જાણવું અને કલ્પનાથી અતીત થવું. ઉંઘમાંથી જાગે ત્યારે પડદો ઉઘડે છે અને કલ્પના જગતને ખડું કરે છે, જે રાતે ઉંઘમાં અદૃશ્ય થયેલું જગત પાછું દૃશ્યમાન થાય છે. નાટકનો પડદો ખેંચનાર કોઈ બીજું હોય છે, પરંતુ સ્વપ્નનો પડદો બંધ કરી જાગ્રતનો પડદો ઉઘાડનાર તો પોતે જ છે. પોતાની મેળે જાગ્રતનો પડદો ઉઘાડે છે, એટલે સુખ દુઃખ સત્ય જેવા ભાસે છે. ફક્ત બાજુ ફેરવવાની છે અને પડદાની બાજુ ફેરવવાની કોઈક બારીક તપાસ કરનારને માલુમ પણ પડે છે. સ્વપ્ન એ અડધા કલાકનું જગત કહીએ તો એક દિવસનું જાગ્રત જગત બાર કલાકનું છે. લોકો અડધા કલાકના જગતને છોડીને બાર કલાકના જગતના સત્યતા માને છે, પણ કલાક એ પણ કલ્પના છે. શાસ્ત્રપુરાણ વગેરે એવી એવી વાતો કહે છે કે જે રોજના અનુભવથી વિસ્મય ભાસે છે. કેમ કે ભૂલમાં ભેદ છે અને ભેદમાં ભય છે. એક ડૂબકી મારે તો ઉપરના લોકોને પાંચ મિનિટ ભાસે, પણ પાણીમાં વર્ષો વીતી ગયાં જેવું ભાસે. સ્વપ્ન પાંચ મિનિટનું હોય પણ તેમાં છોકરાંના છોકરાં થઈ ગયેલા ભાસે એવી કલ્પના છે.

જીવ અને આત્મતત્ત્વમાં ભેદ નથી

કેટલાક દાર્શનિકો પ્રત્યેક શરીરમાં ભિન્ન ભિન્ન આત્મા છે અને ઈશ્વર નથી એવું માને છે. તેઓનું કહેવું છે કે જો આત્મા એક હોય તો એક જ આત્મામાં એક કાળમાં ભિન્ન ભિન્ન વિરોધી ગુણ કેવી રીતે આવી શકે છે. એવી રીતે ભિન્ન માને છે, જે રીતે આત્માઓ બધા પરસ્પર ભિન્ન છે. મુદ્ડકોપનિષદમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે :-

‘દ્વા સુપર્ણા સયુજા રચાયા’ (૩/૧/૨)

અહીં આગળ ઈશ્વર અને જીવના અભિપ્રાયથી ‘દ્વિ’ શબ્દનો પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો છે.

‘નિરજ્ઞન’ પરમં સામ્યમુપૈતિ’

આત્મા નિરંજન હોવા છતાં પરમેશ્વરની સમાનતા પ્રાપ્ત કરે છે. તે સમાનતા બે ભિન્ન તત્ત્વોના જ વ્યવહારમાં આવી શકે છે.

ઋતં પિબન્તૌ સુકૃતસ્ય લોકે ગુહાં પવિષ્ઠૌ પરમે પરાર્થે ।

છાયાતપૌ બ્રહ્મવિદો વદન્તિ પજ્ઞાગ્નયો યે ચ તિણાચિકેતાઃ ॥ (કઠોપનિષદ ૧/૩/૧)

સંસારમાં સુકૃતના ઇળનું પાન કરવા છતાં પણ આજ સુધી જીવ અને ઈશ્વર - એ બંને ઇળપાન કરતા જ નથી. તથાપિ જીવ સાથે સંબંધ હોવાના કારણે ‘પિબન્તે’ કહેવામાં આવેલ છે.

છાયા તથા તડકા (તાપ) ની સમાન વિલક્ષણ અર્થાત્ જીવ સંસારી અને ઈશ્વર અસંસારી છે. એવું બ્રહ્મજ્ઞજન કહે છે. આ અર્થમાં જીવેશ્વર - ભેદ સ્ફૂટ દર્શાવવામાં આવેલ છે.

આ રીતે અન્ય ઉપનિષદોમાં પણ અનેક પ્રકારથી આત્મતત્ત્વનો નિર્દેશ છે.

(૧) કર્તા-ભોક્તા સંસારી પુરુષ છે.

(૨) સાક્ષી જીવ કર્મફળ દાતા ઈશ્વર છે.

(૩) ‘યતો વાચો નિવર્તન્તે અપ્રાપ્ય મનસા સહ, નેતિ નેતિ’

આદિ વચનોથી બોધ્ય અસંસારી આત્મા. (એતર્યોપનિષદ-શાંકર ભાષ્ય અનુસાર)

(૧) વિશ્વ-જગત અવસ્થામાં જેને બહારનું જ્ઞાન થાય છે. (માદ્રૂક્યોપનિષદ)

(૨) તેજસ-સ્વપ્નાવસ્થામાં જેને આભ્યંતર (અંદર) નું જ્ઞાન હોય છે.

(માદ્રૂક્યોપનિષદ)

(૩) પાજ્ઞ-સુષુપ્તાવસ્થામાં જેનાથી કંઈપણ જ્ઞાન થતું નથી. (માદ્રૂક્યોપનિષદ)

(૪) તુરીય-સર્વથા ઈશ્વર સર્વજ્ઞ અંતર્યામી ચતુર્થ છે. (માદ્રૂક્યોપનિષદ)

જ્યારે આત્માના આ ભેદ ઉપલબ્ધ છે. તો એકાત્મવાદ (અજ્ઞેત) કેવી રીતે સમજી શકાય ? જો કહેવામાં આવે કે :-

‘તત્સત્યમ્... સ આત્મા તત્ત્વમસિ શ્વેતકેતો’

આ છાંદોગ્યોપનિષદ્માં ‘તત્’ બ્રહ્મની સાથે ‘ત્વમ્’ પદાર્થ જીવનો અભેદ બતાવ્યો છે, તો ક્ષેત્ર કેવી રીતે માનવામાં આવે ? ઠીક છે પરંતુ આ અર્થ ઉચિત નથી. ‘તત્’ શબ્દ સત્યનો પરામર્શ કરે છે. અને ‘તત્ત્વમ્’ ના પ્રસંગમાં આ અર્થ હશે કે - ‘હે શ્વેતકેતો ! તું સત્ય છે, તારા વિના આ શરીર આદિ સર્વ શૂન્ય છે. હવે અદ્વૈત કેવી રીતે માની શકાય ?

જો કહેવામાં આવે કે - ‘એક મે વાદ્વિતીયમ્’ અહીં અદ્વિતીય તત્ત્વનો ઉલ્લેખ છે, તો પછી જીવ ભિન્ન ક્યાંથી રહેશે ? આ પણ બરાબર નથી. અહીં એક શબ્દથી એક જાતીય પણ લઈ શકાય છે. જેમ સમસ્ત ઘડાઓ એક જાતિના માટીમાંથી બનેલા છે નહિ કે એક જ માટીથી સમસ્ત ઘડાઓનું નિર્માણ થયું છે. આ અનુચિત પણ છે, કારણ કે એક જ માટીમાંથી જુદા જુદા ઘડા કેવી રીતે બનાવી શકાય ?

પૂર્વોક્ત વિષય ઉપનિષદ્ સિદ્ધાંતને પ્રતિકૂળ છે તથા દેખાવે રમણિય પણ છે. જો અમને પ્રત્યેક શરીરમાં આત્મભેદનો અનુભવ થાય છે તે શરીરના ભેદથી જ છે. જેમ કે એક જ આકાશના ઘડો, મઠ આદિ ઉપાધિ ભેદથી ભેદ વ્યવહારમાં આવે છે, વાસ્તવમાં ભેદ નથી હોતો.

જો આ કહેવામાં આવ્યું છે કે વિપરીત ગુણોનો સમાવેશ કેવી રીતે ? તેનો ઉત્તર પ્રથમ અપાઈ ચૂક્યો છે કે આત્મા નિર્ગુણ છે. બધા ગુણ અંતઃકરણના જ આત્મામાં પ્રતિ ફલિત થાય છે. આત્માને માટે કહેવામાં આવ્યું છે કે ‘અસન્જો હિ સઃ’ (તે અસંગ ગુણાદિ ધર્મરહિત છે) બૃહદારણ્યકોપનિષદ્માં કહ્યું છે કે :-

‘કામો વિચિકિત્સા હી ધીરિત્યેતત્સર્વ મન એવ ા’

આથી એ સિદ્ધ થાય છે કે - આત્મામાં એ બધા ધર્મ નથી, સુખ દુઃખ આદિ સર્વ ગુણ અંતઃકરણમાં જ છે.

‘દ્વ સુપર્ણ’ આદિ વાક્યોમાં જે જીવેશ્વર ભેદની કલ્પના દર્શાવી છે, તે પણ ઔપચારિક છે, વાસ્તવિક નથી.

કર્તા, ઈશ્વર, અસંસારી, પ્રાજ્ઞ, વિશ્વ, તેજસ, તુરીય, આદિ એક જ આત્માની ઔપાધિક દશાઓ છે, ન કે એ નામવાળા ભિન્ન આત્મા છે.

તત્સત્યમ્ ... સ આત્મા ... તત્ત્વમસિ ।

નો જે આધુનિક આર્યજન અર્થ કરે છે, તે ઉચિત નથી, કારણ કે તેનાથી પ્રકરણ સંગતિ થતી નથી.

તત્સત્યમ્ - તે બ્રહ્મ સત્ય છે (અસત્ય વ્યાપૃત છે) ‘સ આત્મા’ તે બ્રહ્મ આત્મા છે. ‘તત્ત્વમ્’ તું પણ તે જ બ્રહ્મ છો, તત્ શબ્દથી વિશેષણવાચક સત્યનો પરામર્શ કરવો અનુચિત છે. આથી જીવ-બ્રહ્મ એક્ય સિદ્ધ છે.

‘एकमेवाद्वितीयम्’ अर्ही ‘एक’ शब्दનો અર્થ ‘કેવલમ્’ છે, કે જે ‘સજાતીય, વિજાતીય અને સ્વગતભેદ શૂન્ય’ અર્થમાં આવે છે. જો પૂર્વોક્ત જ અર્થ માનવમાં આવે તો ‘नेह नानास्ति किञ्चन’ ઇત્યાદિ વચન પણ અસંગત થશે. નીચે દર્શાવેલ વાક્યોમાં પણ અદ્વૈત કહેવામાં આવે છે :-

‘यथाग्नेः क्षुद्रोः स्कूलिङ्ग व्युच्चरन्ति, एवमेवास्मादात्मनः सर्वे आत्मानो व्युच्चरन्ति ।’
(बृहदारण्यकोपनिषद्)

પ્રથમાવસ્થામાં અગ્નિ સમાન એક જ આત્મ તત્ત્વ છે. જે અગ્નિમાંથી અનેક તણખાઓ નીકળે છે. તે અગ્નિકણ (તણખા) સમાન સર્વ આત્મા પ્રકાશે છે.

‘सदेव सोम्येदमग्र आसीन् ।’ (छान्दोग્યોપनिषद्)

‘एतदात्म्यमिदं सर्वम् ।’ (छान्दोग્યોપनिषद्)

‘अहं ब्रह्मास्मि ।’ (छान्दोग્યોપनिषद्)

‘अयमात्मा ब्रह्म ।’ (छान्दोग્યોપनिषद्)

આ વાક્યોમાં જીવ અને બ્રહ્મની વાસ્તવિક એકતા પ્રગટ થાય છે.

જીવ અને પરમેશ્વર જુદા જુદા એમ ઘણા વખત દંઢ ભાવના થઈ ગઈ છે તે એકદમ છૂટતી નથી. પણ દંઢ સંકલ્પ કર્યો હોય તો જ તે ફળે છે.

યુદ્ધ કર્યાથી મન વશ થતું નથી. મને સર્વ દેવ દેવીને વશ કરીને ફેંકી માર્યા છે. પ્રલયકાળનો અતિ વાયુ છે તેની નારાયણાદિને વશ કર્યા છે, કલ્પતરુને તોડી પાડ્યાં છે, રાજાને વશ કરીએ તો મંત્રી વશ થાય, મન જીત્યાથી સઘળું જીતાશે. ધૈર્ય અને દંઢ નિશ્ચયથી બંધું થાય જ. ગમે તેટલું અશક્ય જણાતું હોય તો પણ કોઈ વસ્તુ છે જ નહિ. નેપોલિયનના શબ્દકોશમાં ‘અશક્ય’ શબ્દ છે જ નહિ. નેપોલિયન એક સિપાઈમાંથી મોટો રાજા થવા પામ્યો. શિવાજી એક લૂટારામાંથી મહારાજા થવા પામ્યો. કર્ણ સારથી પુત્ર તરીકે ઉછર્યો છતાં અંગદેશનો રાજા બન્યો. એ તેમની ભાવના વગર બન્યું નથી. માણસ ગમે તેવો હોય તો પણ કોને ક્યારે કેવી તક મળશે એ કહી શકાય નહિ. જે તક મળી તે ખરી. કોઈ એવી ઘડી આવી જાય કે જે વેળા તેને આત્મદર્શન તત્ત્વ સમજાઈ જાય. પુરુષના નસીબ આડું માત્ર એક પાંદડું જ છે. તે પાંદડું ઉડી ગયું કે બસ સર્વ કલ્પના છે તે જગતની સત્યતાથી જ છે, માટે જ પ્રથમ ઉત્તમ અધિકારી થવાની જરૂર છે. ઉત્તમ અધિકારી એને કહેવો કે જે જ્ઞાન સ્વરૂપને જાણી વર્તે. જ્ઞાનનો ડબો ઉઘાડવો હોય, ત્યારે ઉઘાડે, બંધ કરવો હોય ત્યારે બંધ કરે. એ વાત પોતાને સ્વાધિન છે. મારે મારી આંખ ઉઘાડવી અથવા બંધ કરવી એ મારી ખુશીની વાત છે. મન ઉઘાડવું કે નહિ એ પોતાના હાથમાં છે. મન વશ કરવું જોઈએ.

આત્મપૂજા પ્રવેશ

સિદ્ધાંતમાં પણ ઈશ્વર, જીવ અને જગતને માથિક કહ્યા છે. માયાની ઉપાધિ સહિત ચૈતન્ય તે માથિક છે. જગત છે તો ઈશ્વર છે. રૈયત વિના રાજા નહિ. પુરુષપણા ઉપર રાજાપણું છે. તે આવે કે જાય પણ પુરુષપણું કાયમ રહે છે. તેમ આત્મા પર જીવ-ઈશ્વર જણાય અને જગત તથા જીવ મળ્યાં કે ઈશ્વર પણ ગયો. ચૈતન્યરૂપ નિરંતર મુખ્ય છે અને ઈશ્વરપણું ગોણ આગુંતક છે. ઘણિયાણી હોય ત્યાં સુધી ઘણી, છોકરો હોય ત્યાં સુધી હું બાપ છું એવું અભિમાન રહે, પતિ છે ત્યાં સુધી હું પત્ની છું એવું અભિમાન રહે છે, હાથો હોય તો કુહાડી જોર કરે. પણ જે સામાન્ય ધર્મ છે તેમાં અભિમાન રહેતું નથી. સૂર્યની સત્તા નથી કે ન પ્રકાશવા ધારે તો તે તેમ કરી શકે. નામ રૂપમાં ચૈતન્ય દષ્ટિ થાય તો દોષ દષ્ટિ અથવા ભેદ દષ્ટિ દૂર થાય, ભેદ દષ્ટિ સારી હોય કે નરસી હોય તે વિષમ દષ્ટિ છે. ખેડૂત મૂઠી ભરીને ખેતરમાં બી નાંખે એકમાંથી અનેક ઉગે છે. તેમ મોહરૂપી બી મૂઠીએ મૂઠીએ વાવે. તેમાંથી અનેક જન્મરૂપી ફળો અને આપદાનો વરસાદ વરસે છે. મોહ થાય તે નશો કર્યા જેવું છે. મોહ થાય અથવા નશો કર્યો હોય તો મિત્ર શત્રુ દેખાય, કાદવમાં પડેલો હોય તો સુખમાં સુતેલો છું એમ માને અને ઘરમાં સુતેલો હોય તો પણ બળતો જળતો જણાય. દેહ સત્ય માને એ મહામોહ છે. સકામ વ્યવહાર કરવો એ મોહની મૂઠીઓ ફેંકવાની છે અને તેમાંથી મહામોહ તથા અહંકાર થવાથી અનર્થનો વિસ્તાર વધે છે. એ પસારો આત્મજ્ઞાનના ઓજસથી બાળી મૂકવો જોઈએ. જ્યાં નામ દેખાય ત્યાં સાક્ષાત્ ચૈતન્યતા જોવી. આંખ નીચેથી સાક્ષાત્કાર થતો નથી. કેમ કે તેવી રીતે તો પરમાત્મા એકદેશી ગણાય. પરમાત્મા કોઈ સ્થળે કચેરી લગાવી બેઠા નથી. સૂર્ય એકદેશીય છે તેથી તેની તરફ નજર ફેરવીએ તો જ તે દેખાય છે. પણ આકાશ સર્વત્ર છે, તેમ ચૈતન્યરૂપ આત્મા સર્વ વ્યાપક છે.

આત્મપદ જ્યાં લગી નહિ પામે ત્યાં લગી પુરુષાર્થ ફળ્યો નથી. ‘નિર્ધન કો ઘન રામ હે’. એકાંતમાં બેસી શાંત ચિત્તે વિચારો કે હું કોણ છું ? આ જગત શું છે ? મારામાં શી શી વસ્તુઓ છે ? એ જુદાં પાડે તો આત્મજ્ઞાન થાય. ઉત્તમ પદથી સ્વર્ગ મળે પણ તે નષ્ટ થાય છે. પરંતુ આત્મ વિચારે જે પદ મળે તે નિર્મળ હોય છે. સત્તા ઉપર મનરૂપી ચિત્રો અને ચિત્રો સર્જે છે અને ભૂંસી નાખે છે એમ ખેલ કરે છે. તે સત્ સ્વરૂપ હું છું. દેશ, વસ્તુ, દર્શનની પ્રાપ્તિ નથી કે નજરે દેખાય. માત્ર અનુભવથી જાણવાનું છે. એવી અખૂટ પરમ સંપદાની ખાણ ભરેલી પડી છે. લાખો રૂપિયા ખર્ચ કરેથી પણ મળે તેમ નથી કે શાસ્ત્રો ભણ્યેથી પણ મળે એમ નથી.

તત્ત્વવેત્તાએ પણ શાસ્ત્ર અનુસાર વર્તન કરવું જોઈએ. પોતાના પર શાસ્ત્રનો દંડ નથી, વિધિ નિષેધ નથી. પોતે શાસ્ત્ર દ્વારા મુમુક્ષુની સ્થિતિને પ્રાપ્ત થયો છે. શ્રવણ આદિ કરીને અભ્યાસ પડ્યો છે. તે અભ્યાસે વધેલો છે. નિષ્કામ વૃત્તિ વિના મુમુક્ષુતા થાય નહિ, તેથી તેનામાં વિપરીતતા સંભવે નહિ, તેનાં કાર્ય તો સદૃશ શાસ્ત્રાનુસાર થાય. લોકસમુહને માટે પારકાના સંબંધમાં પણ સારી રીતે વર્તે. મેળવવાનું જેને બાકી રહ્યું નથી અને જેણે મેળવ્યું છે તે કદી જવાનું નથી, એનું નામ જ કૃત કૃત્યતા. એ અનુભવ ક્ષણિક

આવે છે, જે નિયમસર કામ કરે તેને આવે. જેને અખંડ કૃતકૃત્યતા પ્રાપ્ત થાય. તે લક્ષ યોર્યાસીમાં ફરીથી આવે નહિ. હવે તેને ફક્ત રમવાનું બાકી રહેલું છે અને જગતને માત્ર ‘રામલીલા’ તરીકે જુએ છે.

આત્મદેવની કૃપા થાય તો ઇન્દ્રિયરૂપી શત્રુઓને જીતી શકાય. કૃપા ત્રણ પ્રકારની છે. ગુરુકૃપા, શાસ્ત્રકૃપા અને આત્મકૃપા. અંતઃકરણ શુદ્ધ થઈ સંસારથી, છૂટવાની શુભેચ્છા થાય એ જ્ઞાનની પ્રથમ પાયરી છે. જ્ઞાનની ચારે ભૂમિકાને આ પ્રમાણે છે. (૧) શુભેચ્છા, (૨) સુવિચારણા, (૩) તનુમનસા અને (૪) સત્પાપત્તિ. સદ્ગુરુ, સચ્ચાસ્ત્ર સામેલ રાખી વિચાર કરીએ અને મનન આદિ તનુમાનસાથી સજાતીય પ્રવાહ કાયમ રાખી સદા ઉદિત આત્મચિંતન કરીએ તો આત્મદેવનું પૂજન થાય છે, એટલે સ્વરૂપનું પૂજન થાય છે, જે લીલા માત્ર ભાસે છે. યોગવાશિષ્ઠમાં આત્મદેવનું પૂજન શું છે તે સવિસ્તર બતાવેલું છે. હવે પછી તે આત્મપૂજન જાણવા પ્રયાસ કરીશું.

ચિંતન, મનન, નિદિધ્યાસન, યોગ-ધ્યાન, ધારણા, સમાધિ એ એકલા થઈ શકે. પૂજનનું વિધાન આવે ત્યારે પૂજા કરનાર (પૂજક-પૂજારી) પૂજાની મૂર્તિ (સાકાર પ્રતિમા) જે ઈષ્ટ હોય તેના સ્વરૂપની પ્રતિમા એટલે કે પૂજ્ય સ્વરૂપ અને પૂજાનો ક્રમ કહો કે વિધાન આ પૂજાની ક્રિયાની ચોથી આવશ્યક વસ્તુ ભક્તિમાર્ગમાં છે. ત્યાં ભક્ત અને સાધક એવું જોત છે. બન્ને અલગ વસ્તુ છે. બે વચ્ચે અંતર પણ છે. તેને જોડનારો ભાવ અને પૂજાની સામગ્રી (દ્રવ્ય) એ પૂજાનો સેતુ છે. આ વાત સ્વાભાવિક અને સામાન્ય વ્યક્તિને સમજાય તેવી છે. પરંતુ જ્યારે આત્મપૂજાનો વિષય સામે આવે ત્યારે કોણ કોની પૂજા કરે ? કેવી રીતે પૂજા કરે ? કયા સાધન વડે પૂજા કરે ? કયા સમયે પૂજા કરે ? આ બધા પ્રશ્નો સ્વાભાવિક બની જાય છે. પ્રજ્ઞા પુરુષ કહો કે યુગ પુરુષ એવા પૂજ્ય જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યની સામે પણ ખડા થયા હશે જ. નહિ તો આત્મચિંતન-આત્મપૂજાનો વિચાર આવતાં ‘પરાપૂજા સ્તોત્ર’ માં જે આત્મપૂજા વિશે વિચારણા છે. તે ન લાખી હોત. ચાલો એ પરાપૂજા સ્તોત્ર દ્વારા આત્મપૂજામાં પ્રવેશ કરીએ.

‘પરાપૂજા સ્તોત્ર’

અંશખંડે	સચ્ચિદાનંદે	નિર્વિકલ્પૈકરૂપિણિ	૧
સ્થિતેઽદ્વિતીયમાવેદસ્મિન્કથં	પૂજા	વિધીયતે	૫ ૧ ૫

અખંડ, સચ્ચિદાનંદમય, વિકલ્પો રહિત અને એક જ સ્વરૂપવાળો આ અદ્વિતીય આત્મારૂપ પદાર્થ બંધ રહ્યો છે. તો એમાં પૂજા કેવી રીતે કરવી ? (૧)

પૂર્ણસ્યાવાહનં	કુતઃ	સર્વાંધારાય	ચાસનસ્	૧
સ્વચ્છસ્ય	પાદ્યમર્ધ્ય	ચ	શુષ્કસ્યાચમને	કુતઃ

જે પૂર્ણ છે (સર્વત્ર વર્તમાન છે) તેનું આવાહન ક્યાં ? જે સર્વનો આધાર છે, તેનું આસન ક્યાં ? જે સ્પર્શ છે, તે પાદ્ય (પગ ધોવાનું જળ) તથા અર્ધ્ય શા માટે ? અને જે શુદ્ધ છે તેને આચમન ક્યા કારણે આપવું ? (૨)

નિર્મલસ્ય	કુતઃ	સ્નાનં	વસ્ત્રં	વિશ્વોદરસ્ય	ચાસનસ્	૧
અગોત્રસ્ય	ત્વર્ણસ્ય	કુતસ્તસ્યોપવીતકમ્				૫ ૩ ૫

નિર્મળને સ્નાન શા માટે ? વિશ્વવ્યાપીને વસ્ત્ર ક્યું ? ગોત્ર તથા વર્ણ રહિત તેને જનોઈ શાથી ?

નિર્લેપસ્ય કુતો ગંધઃ પુષ્પં નિર્વાસનસ્ય ચ ।

નિર્વિશેષસ્ય કા મૂષા કોઢલંકારો નિરાકૃતે ॥ ૪ ॥

લેપન રહિતને ચંદન શા માટે ? વાસના રહિતને પુષ્પ શા માટે ? અવયવ રહિતને આભૂષણ શાં ? અને આકાર રહિતને અલંકાર શાં ?

નિરંજનસ્ય કિં ધૂપદાપૈર્વા સર્વસાક્ષિણઃ ।

નિમાનન્દૈક તૃપ્તસ્ય નૈવદ્ધં કિં મવેદિહ ॥ ૫ ॥

નિરંજનને ધૂપ શું ? સર્વ સાક્ષીને દિપક વડે શું ? અને આત્માનંદમાં જ કેવળ તૃપ્ત રહેનારને નેવેધોથી શું થાય ?

ક્ષિવાનંદ યિતુન્તસ્ય કિં તામ્બૂલં પ્રકલપ્યતિ ।

સ્વયં પ્રકાશચિદ્રૂપો યોઢસાવકાદિમાસકઃ ॥ ૬ ॥

સર્વને આનંદ પમાડનારને પાન બીડું ક્યું અપાય ? કેમ કે એ તો સ્વયં પ્રકાશ ચેતન્યરૂપ છે અને સૂર્ય વગેરેનો પણ પ્રકાશક છે. (૬)

પ્રદક્ષિણા હાનન્તસ્ય હૃદયસ્ય કુતો નતિઃ ।

વેદવાક્યૈરવેદ્યસ્ય કુતઃ સ્તોત્ર કુતઃ સ્તોત્ર વિધીયંતે ॥ ૭ ॥

અનંતને પ્રદક્ષિણા કેમ કરાય ? અગ્નેતને નમસ્કાર કેવી રીતે ? અને વેદના વાક્યો વડે જાણવો અશક્ય છે, તેનું સ્તોત્ર કેમ કરાય ? (૭)

સ્વયં પ્રકાશમાનસ્ય કુતો નીરાજનં વિમોઃ ।

અન્તર્બાહિષ્વ પૂર્ણસ્ય કથમુદ્ઘાસનં મવેત્ ॥ ૮ ॥

સ્વયં પ્રકાશમાન પરમાત્માની આરતી શા માટે ? અને અંદર તથા બહાર પૂર્ણ વ્યાપ્તનું વિસર્જન કેવી રીતે થાય ? (૮)

एवमेव परा पूजा सर्वावस्थासु सर्वदा ।

एक बुध्दया तु देवेशे विधेया ब्रह्मवित्तमैः ॥ ९ ॥

આ રીતે જ બ્રહ્મવેતાઓએ સર્વ અવસ્થાઓમાંને સર્વકાળે એકત્વ બુદ્ધિથી દેવેશ્વરની ઉત્તમ પૂજા કરવી. (૯)

आत्मा त्वं गिरिजा अतिः सहचराः प्राणाः शरीरं गृहं

पूजा ते विविधोपमोगरचना निद्रा समाधि स्थिति ।

संचारस्तु पदोः प्रदक्षिणविधिः स्तोत्राणि सर्वा गिरो

यद्यत्કર્મ કરોમિ તત્તદલિલં શંભો તવારાધનમ્ ॥ ૧૦ ॥

હે શંભો ! આત્મા તમે છો. બુદ્ધિ પાર્વતી છે. પ્રાણો આપની સાથે રહેનારા આપના અનુચરો છે. શરીર આપનું મંદિર છે. વિવિધ ઉપભોગોની રચના આપની પૂજા છે. નિદ્રા સમાધિવત્ સ્થિતિ છે. બન્ને પગોનું સંચરણ (ચાલ) આપની પ્રદક્ષિણાની વિધિ છે. આ બધી વાણી આપનાં સ્તોત્રો જ છે. આમ હું જે જે કર્મ કરું છું તે તે બધું આપની પૂજારૂપ થાઓ. (૧૦)

આત્મદેવનું બાહ્ય પૂજન

‘યોગવાશિષ્ઠ મહારામાયણ’ નામક મહાગ્રંથના નિર્વાણ પ્રકરણના ૩૮ માં સર્ગમાં ‘આત્મદેવના બાહ્યપૂજન’નું વિસ્તારતી નિરૂપણ કરેલું છે. તેમજ ૩૯ માં સર્ગમાં ‘આત્મદેવનું આંતરપૂજન’ વિશેનું વર્ણન છે. તે અહીં યથાતથ રજુ કરેલ છે. પ્રથમ આત્મદેવનું બાહ્ય પૂજન પ્રસ્તુત છે :-

શ્રીઈશ્વર ઉવાચ :- एषदेवः स परमः पूज्य एव सदा सताम् ।

चिन्मात्रमनुमूल्यात्मा सर्वगः सर्वसंग्रहः ॥ ૧ ॥

શ્રી ઈશ્વર કહે છે :- હે મુને ! આ બ્રહ્માંડરૂપી નાટકશાળામાં નિયતિનું નાટક જોવાવાળો એક પરમેશ્વર છે, જે નિત્ય છે, તે ચિદાત્મા જ પરમ દેવ છે. તે, નિયતિથી તથા નૃત્યથી જુદો નથી. માટે વિવેકીજનોએ તેનું પૂજન કરવું. તેમ કરવાથી સર્વદેવનું પૂજન થાય છે. કેમ કે ઘરમાં, હરિ, હર, બ્રહ્મા, ઇન્દ્ર, કુબેર અને ચમરૂપે પણ એ દેવ છે. એ દેવ બહાર અને અંદર સર્વત્ર છે. સર્વનો આત્મા છે. વિવેકીજનો પોતાના આત્મારૂપ એ દેવનું બાહ્ય આંતરના ભેદથી નાના પ્રકારે પૂજન કરે છે. તેમાં પ્રથમ બાહ્યપૂજનનો ક્રમ કહું છું, તે સાંભળો પછી આંતરપૂજનનો ક્રમ કહીશ. સર્વ પ્રકારના પૂજા ક્રમોમાં પવિત્ર શરીર ઉપયોગી છે. સ્નાન, આચમન આદિ જે શાસ્ત્રમાં પવિત્રતાના સાધનો કહ્યાં છે, તેણે કરી શરીર યથાર્થ પવિત્ર થતું નથી. પણ ચિદાત્માના બોધે કરીને પવિત્ર થાય છે. માટે સ્નાન આદિ સાધનો તજી આત્મબોધ કરી શરીર શરીરને પવિત્ર કરવું.

અંતર્વૃત્તિથી ધ્યાન કરવું, એ પરમાત્મ દેવનું મુખ્ય પૂજન છે. માટે સદા તેનું ધ્યાન કરવું. પરમાત્મા ચિદ્ રૂપ છે, પ્રકાશ સ્વરૂપ છે, સૂર્યાદિ તેજોનો તથા બુદ્ધિ વૃત્તિઓનો પ્રકાશક છે. સર્વનો અંતર્યામી છે ને શુદ્ધ અહંતાનો સાર છે, એવું ધ્યાન કરવું. એ પરમાત્માની ડોક આકાશ કરતાં પણ અતિ પહોળી છે. એટલે મહાકાશ ડોક છે, પાતાળ પગ છે, દિશાઓ ભૂજા છે, સત્યાદિ લોકો શાસ્ત્રો છે, બ્રહ્માંડોના સમુદાયી, એ દેવના હૃદયના એક કોણમાં વિશ્રાંતિ પામે છે. તેનું સ્વરૂપ, તમથી પર અને અપાર છે. નીચે ઉપર ચારે દિશાઓમાં અને કોણમાં નિરંતર વ્યાપી રહ્યું છે. બ્રહ્મા, રુદ્ર, વિષ્ણુ અને ઇન્દ્ર આદિ દેવો વડે સુશોભિત છે. (૧) જરાયુજ, (૨) અંડજ, (૩) ઉદ્ભિજ્જ અને (૪) સ્પેદજ. એ ચાર પ્રકારના પ્રાણી એ દેવનાં રૂપાડી છે. ઇચ્છા આદિ શક્તિઓ ગાડીઓ છે. જે મંત્ર રજજુની પેઠે ત્રણે જગતને ચલાવે છે. એ ચિદાત્માનું પૂજન કરવું. એ ઘટમાં, પટમાં, ખાડામાં, ગાડામાં, ભીંતમાં અને વાનરમાં રહ્યો છે. બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, રુદ્ર, ઇન્દ્ર, કુબેર અને ચમરૂપે પણ એ દેવ છે. રૂપના ભેદે કરી એ દેવ, અનંત પદોનો આધાર છે. તે ભેદનો ત્યાગ કરવાથી તો કેવળ સત્તા માત્ર સ્વરૂપ છે. ભ્રમે કરીને તેમાં જગત દેખાય છે. કાળ તો દેવનો દ્વારપાળ છે. તે અશુદ્ધ મનને અટકાવે છે ને શુદ્ધ મનને પેસવા દે છે. પર્વત અને સમુદ્રવાળું આ બ્રહ્માંડ, એ દેવના માયા શબ્દ સ્વરૂપના એક ભાગમાં રહ્યું છે. સર્વ પ્રાણીઓના અવયવો ઈશ્વરના જ અવયવો છે. તેથી તેના

હજારો શ્રવણ, નેત્ર, મસ્તક, ભૂજા અને અલંકારો છે. એવી રીતે વિશ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું. એ દેવને સર્વભાગોમાં જોવાની શક્તિ છે, સૂંઘવાની શક્તિ છે, સ્પર્શ શક્તિ છે, રસ લેવાની શક્તિ છે, સાંભળવાની શક્તિ છે ને મનન શક્તિ છે. એવી રીતે વિશ્વરૂપનું ધ્યાન કરતાં પણ તેનું પરમાર્થ સ્વરૂપ કે જે અસંગ છે, અદ્વિતીય છે, તેને ભૂલી જવું નહિ. એ દેવ સર્વદા સર્વના કર્તા છે, સર્વના મનોરથ પૂરવાવાળા છે, સર્વ પ્રાણીઓની અંદર છે ને સર્વનું અદ્વિતીય સાધન છે. એ પ્રમાણે ધ્યાન કરી વિધિથી પૂજન કરવું.

તેના પૂજનનું વિધાન કહું છું તે સાંભળો, તેનું પૂજન ઉપહાર વડે કરવું નહિ. પણ તત્ત્વજ્ઞાન વડે કરવું. દીપે કરી, ઘૂપે કરી, વિવિધ પ્રકારના પુષ્પોએ કરી, કેશર તથા કપૂરવાળાં ચંદનો વડે, ભાતભાતના જૈવેદ્યો વડે અને બીજા નાના પ્રકારના ભોગો વડે આત્મદેવની પૂજા કરવી યોગ્ય નથી. પણ તત્ત્વ બોધ કે જે કલેશ વિના પ્રાપ્ત થાય છે, શીતળ છે, અવિનાશી છે ને અમૃત રૂપ છે, તેણે કરી પૂજા કરવી યોગ્ય છે. જે અંતર્વૃત્તિ વડે શુદ્ધ ચિન્માત્રનો બોધ થવો, તે જ આત્મદેવનું પરમ ધ્યાન છે ને તે જ પૂજન છે. એ પૂજા માટે કાળ નિયમ પણ નથી. એટલે જેતાં સાંભળતાં, સ્પર્શ કરતાં, સુંઘતા, ભોજન કરતાં, ચાલતાં, સુતાં, શ્વાસો શ્વાસ લેતાં, બોલતાં, ત્યાગ કરતાં અને ગ્રહણ કરતાં સદા એ પૂજા કરવી.

હે મુને ! પુષ્પાદિક ઉપાચાર વડે કરેલું પૂજન, આત્માને સદા અવિરિચ્છન્ન સુખ આપે છે. પરંતુ પરંપરાએ કરી અલ્પસુખ આપે છે, તેથી ભૂખ્યાને મૂઠી ચોખાને પેઠે આત્માને પ્રિતિ થતી નથી ને જ્ઞાનપૂજન કે જે, પ્રત્યાગાત્માને શુદ્ધ કરી શુદ્ધ કરી તેની પરમાનંદરૂપતા પ્રગટ કરી પરમાત્માની સાથે એકતાનું અર્પણ કરે છે, માટે તે અમૃત જેવું સ્વાદવાળું છે. એટલે સદા અવિરિચ્છન્ન સુખ આપે છે. માટે જ્ઞાન પૂજન જ આત્મદેવને યોગ્ય છે. તત્ત્વજ્ઞાનરૂપી ધ્યાન જ પાદ્ય, અર્ધ્ય, પુષ્પ અને ઘૂપ આદિ સર્વ ઉપહાર છે. ધ્યાન પૂજન વિના અન્ય પૂજનથી આત્મા મળતો નથી. ધ્યાનથી પ્રસાદને બદલે સ્વરૂપાભિ વ્યક્તિને પ્રાપ્ત થાય છે. પછી જેમ મનુષ્ય ઘરમાં રહી ભોગ ભોગવે છે, તેમ પ્રસન્ન થયેલો આત્મા, મનુષ્યથી આરંભી દિરણ્ય ગર્ભ પર્યંતના ભોગો ભોગવે છે. હે બુદ્ધિવાળા વસિષ્ઠ ! આ જ્ઞાન પૂજન કરી તેર નિમેષ પર્યંત પૂજન કરી તેર નિમેષ પર્યંત પૂજન કરે તો મૂઢ પણ ગોદાનના ફળને પ્રાપ્ત થાય છે. ‘આત્મા અદ્વિતીય છે’ એવું અનુસંધાન સો નિમેષ પર્યંત રાખે તો અશ્વમેધ યજ્ઞનું ફળ મળે છે. જ્ઞાન પૂજન કરી અરધી ઘડી આત્મદેવનું પૂજન કરવાથી હજાર અશ્વમેધ યજ્ઞનું ફળ મળે છે. જે પુરુષ ધ્યાનરૂપ બલિના ઉપસંહારે કરી એક ઘડી આત્માનું પૂજન કરે છે, તેને બે હજાર યજ્ઞનું ફળ મળે છે, એક દિવસ પૂજન કરવાથી પરમ ધામમાં વાસ થાય છે. ધ્યાન પૂજા પરમ યોગ છે ને એ જ પરમ ક્રિયા છે. હે મુને ! તમને આત્મા આત્માનું બાહ્ય પૂજન કહ્યું. જે પુરુષ, આ આત્મપૂજન કે જે પવિત્રને સર્વ પાપને હરવાવાળું છે, તેને વિક્ષેપ રહિત થઈ શણવાર પણ આચરણ કરશે, તે ક્રમે કરી સર્વબંધનથી મુક્ત થશે ને ઉત્તમ પદને પામશે. તેથી સુર અને અસુર સર્વે તેનું વંદન કરશે.

આત્મદેવનું આંતર પૂજન

શ્રીઈશ્વર ઉવાચ :- પાવનં પાવનાનાં અદ્યત્સર્વતમસાં ક્ષયઃ ।
તદિદાનીં પ્રવક્ષ્યેહસતઃ પૂજનમાત્મનઃ ॥ ૧ ॥

શ્રી ઈશ્વર કહે છે :- હે મુને ! જે પવિત્રમાં પણ પવિત્ર છે, ને જે સર્વ અજ્ઞાનનો ક્ષય કરે છે, તે આત્મદેવનું પૂજન કરું છું. એ પૂજન ચાલતાં, ઉભા રહેતાં, સૂતાં, જાગતાં અને બીજા સર્વ વ્યવહારમાં પણ થઈ શકે છે. પરમાત્મ દેવ કે જે સદા શરીરમાં આત્મરૂપે રહી સર્વજ્ઞાનનો કર્તા છે, સુવે છે, જાગે છે, ચાલે છે, ઊભા રહે છે, સર્વ વિષયોનું ગ્રહણ કરે છે. ત્યાગ કરે છે, વિસ્તારવાળા સર્વ ભાગોને ભોગવે છે અથવા તજે છે અને જે સર્વ કાર્યોને સત્તા આપે છે, તેનું ધ્યાન કરવું. પદ્માસન બાંધી, લાંબા હાથની અંજલિ કરી બેસવાથી દેહ શિવલિંગનો આકારે થાય છે. તેમાં નિર્વિક્ષેપ સ્વભાવમાં રહેલા બોધલિંગનું પૂજન કરવું અને અન્ય આદિના લિંગનો તથા પ્રતિમા જ્ઞાનજળમાં સ્નાન કરી શુદ્ધ થવું. નિત્ય બોધરૂપી સામગ્રી વડે બોધલિંગનું પૂજન કરવું. તે પૂજન કરતાં એ મનમાં તમ જણાય તો પોતાને બહાર અને અંદર સર્વત્ર આકાશને પૂરી રહેલા અઙ્ગિતીય સૂર્યમંડળની ભાવના કરવી ને જો તાપ જણાતો હોય તો સર્વત્ર વ્યાપી રહેલા ચંદ્ર મંડળની પોતાને ભાવના કરવી. આત્મા બાહ્ય તથા આંતર બુદ્ધિ વૃત્તિના પ્રકાશોમાં અને પ્રકાશેલા પદાર્થોમાં અનુસ્યૂત રહેલી સંવિત્ રૂપે છે, તે મુખમાં પ્રાણરૂપે છે. જે આત્મા, નિજાનંદ વડે મધુર કરી સર્વ વિષયોનો સ્વાદ લે છે. પ્રાણ તથા મન જેના મોઢા ઘોડા છે, એવા અપાન રથમાં બેસે છે. હૃદય ગુફામાં ગુપ્ત રહે છે. જોય દષ્ટિનો જ્ઞાતા છે. સર્વ કર્મોનો કર્તા છે. સર્વ ભોગોનો ભોક્તા છે. સર્વ જ્ઞાનનો જ્ઞાતા છે. શરીરના સર્વ અવયવોને સારી રીતે જાણે છે. વિષયની ભાવના વડે તથા અભાવના વડે તે જણાય છે. તે સર્વ પ્રકાશોનો પ્રકાશક છે. નિષ્કલ છે, જ્ઞેત દષ્ટિથી કલા સહિત છે, દેહમાં હૃદયાકાશમાં રહે છે. શુદ્ધ દષ્ટિથી અરંજિત છે, માયા દષ્ટિથી રંજિત છે, મનની મનનશક્તિમાં રહે છે, પ્રાણ તથા અપાનની મધ્યમાં રહે છે, હૃદય, કંઠ, તાળવું, બ્રહ્મકુટિ, નાસિકામાં અને પીઠમાં રહે છે, એટલે શરીરના સર્વ અવયવોમાં બોધરૂપે રહે છે. શૈવશાસ્ત્રમાં છત્રીસ તત્ત્વો માન્યાં છે. તેમાંનું છેલ્લું તત્ત્વ, એ આત્મા છે, આત્મા, ઉત્તમ દશા કે જેને શિવયોગમાં સબીજ સમાધિ કહી છે. તેને પણ ઉલ્લંઘન કરી રહ્યો છે. અંદર શબ્દાદિકને કરે છે ને મનને પ્રેરે છે. વ્યવહારમાં સવિકલ્પ વાક્યનો વિષય છે તો નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં તથા મોક્ષમાં નિર્વિકલ્પ શબ્દનો વિષય છે. તિલમાં તેલની પેઠે સર્વ અવયવોની અંદર રહ્યો છે. પરમાર્થતઃ આત્મા અમૂર્ત છે. વ્યવહારમાં મૂર્ત છે. હૃદય કમળમાં અને દેહના સર્વ ભાગમાં રહે છે. ચિન્માત્ર છે. શુદ્ધ છે. સર્વ કલ્પનાનું અધિષ્ઠાન છે. સર્વત્ર પ્રત્યક્ષ છે. પોતાના અનુભવ સ્વરૂપ છે. પ્રત્યક્ષ ચેતન છે. આત્મા છે. સ્વસ્વરૂપનાં વિસ્મરણથી ભોગની ઈચ્છા કરે છે. પોતાથી જુદા પદાર્થોના દોષને પોતે ધારણ કરી પોતાના સંકેતથી ક્ષણવારમાં જ્ઞેતભાવને પ્રાપ્ત થયો હોય તેમ જણાય છે. એ પ્રમાણે આત્માનું ધ્યાન કરવું.

આત્મા હાથ, પગ, કેશ, નજ અને દાંતવાળો થાય છે. પોતાના દેહના આભાસો, એ આત્માનો પરિચય કરાવે છે એવી ભાવના કરવી. મન તથા દષ્ટિની નાના પ્રકારની શક્તિઓ, સ્ત્રીઓ, ઉત્તમ પતિની જેમ, તેમ મારી સદા સેવા કરે છે. મન મારો દરવાન છે. તે ત્રણે જગતને ઓળખાવે છે. શુદ્ધ આત્મચિંતા, દ્વારપાલિકા છે. આત્માના પેઠે પરમ પ્રિતિનો વિષય કરાયેલી બુદ્ધિ, જ્ઞાનશક્તિ છે. પ્રાણ આભૂષણ છે. કર્મેન્દ્રિયો તથા જ્ઞાનેન્દ્રિયો દ્વાર છે. આત્મા કે જે અનંત છે, ભેદવર્જિત છે અને નિરાકાર છે, તે આ હું છું. હું પોતે પૂર્ણને અન્ય સર્વેને પૂરવાવાળો છું અને પૂર્ણ સ્વરૂપ છું. એવી રીતે અલૌકિક પ્રત્યેક તત્ત્વનો આશ્રય કરી અંદર ઉદારતાથી ભરપૂર એવો પરમાત્મ દેવ, સર્વથી મોટો દેવ છે. તે અસ્ત પામતો નથી. ભૂખ્યો થતો નથી, કોઈ પદાર્થને લેતો નથી, ને કોઈને તજતો નથી. અંદર સમ છે બહાર જીવન મુક્ત જેવા આચરણ કરે છે. સમાન પ્રકાશે છે. સમાન આકૃતિવાળો છે. પરિપૂર્ણ સૌમ્ય ભાવને પ્રાપ્ત થયો છે. તે શુદ્ધ મનવાળો છે.

એક જ આત્મા, દેહ રહે ત્યાં સુધી એક મનથી રાત્રિ દિવસ લાંબા લાંબા પૂજન કરે છે. ચિન્મય દેહ આત્માનો દેવ છે. પ્રયત્ન વિના પ્રાપ્ત થયેલી સામગ્રી વડે આત્મા, દેહરૂપી દેવનું પૂજન કરે છે. જે, ઇન્દ્રિય વૃત્તિઓનાં પ્રતિબિંબોનું કારણ એટલે બિંબ છે, તે ચિન્મય દેવનું બુદ્ધિ સ્થિર રાખી પ્રાપ્ત થયેલા ઉપચારો વડે પૂજન કરવું. તેમાં ગંધ પુષ્પાદિ ઉપચાર મેળવવા માટે લેશ માત્ર પ્રયત્ન કરવો નહિ. પરંતુ પોતપોતાના વર્ણાશ્રમને ઉચિત શાસ્ત્રમાં કહ્યા પ્રમાણે વ્યવહાર કરીને તથા માત્ર દેહ રહે તેટલાં અન્ન પાનાદિકના સેવને કરીને દેવનું પૂજન કરવું. પ્રારબ્ધે કરીને પ્રાપ્ત થયેલાં ભાતભાતનાં ભોજનો વડે, દૂધ આદિના પાન વડે અને શયન તથા આસને કરી આત્માનું પૂજન કરવું. સ્ત્રી આદિનું યથાર્થપણું જાણી સ્ત્રી સંગે કરી, અન્ન પાનાદિના યેભવે કરી અને અન્ય સર્વ પ્રકારના સુખે કરી આત્માનું પૂજન કરવું. તાત્પર્ય કે જ્યાં સુધી વિષયોનું તાત્પર્ય જાણ્યું ન હોય ત્યાં સુધી તેના ભોગનો પ્રસંગ રાખવો નહિ. પ્રારબ્ધે કરી પ્રાપ્ત થયેલાં સર્વ પ્રકારનાં દુઃખે કરી આત્માનું પૂજન કરવું. એટલે પ્રાપ્ત થયેલાં દુઃખના ભોગમાં પણ પૂજા બુદ્ધિ રાખવી, પણ ઉદ્ધેગ કરવો નહિ. જગત સ્થિતિની સર્વ ચેષ્ટાનાં પ્રાપ્ત થયેલાં મરણ, જીવિત તથા સ્વપ્ન આદિ સઘળાં ફળો વડે આત્માનું પૂજન કરવું. પ્રવાહ પતિત દરિદ્રતા અથવા રાજ્ય કે જે વિવિધ ચેષ્ટાનાં પુષ્પ છે, તેણે કરી આત્માનું પૂજન કરવું. રાગદ્વેષ, વિલાસ કે જે નાના પ્રકારના કલેશવાળો તથા સ્ત્રીના ઉલ્લાસવાળો છે, તેણે કરી સૌમ્ય આત્માનું પૂજન કરવું. હે મુને ! ‘કલેશાદિકે કરી આત્માનું પૂજન કરવું’ એમ કહ્યું, તેનું તાત્પર્ય, કલેશ કરવામાં નથી, પરંતુ કલેશાદિને પણ પૂજન માની ઉદ્ધેગ ન કરવામાં છે. હવે રૂઢ થયેલી મૈત્રી કે જે સજ્જનોને પ્રિય છે, ચંદ્ર જેવી શીતળ છે અને મધુર છે, તેણે કરી આત્માનું પૂજન કરવું. એટલે મૈત્રી આદિ ગુણોમાં તત્પર રહેવું. દુર્જનોમાં ઉપેક્ષા વૃત્તિએ કરી, દીનમાં દયા વૃત્તિએ કરી, મહાત્માઓમાં મુદિતા વૃત્તિએ કરી, ક્રોધાદિકના નિગ્રહના સામર્થ્યે કરી અને બોધે કરીને આત્માનું અર્ચન કરવું. હે બ્રહ્મન્ ! ભોગ-લંપટ પણ ન થવું. પરંતુ દૈવ કરી પ્રાપ્ત થયેલા ભોગોમાંથી કદાચિત્ એકાદ ભોગ ભોગવવો ને તેને પણ આત્મપૂજન માનવું. નિષિદ્ધ તથા અનિષિદ્ધ

ભોગોના ત્યાગે કરીને આત્માનું પૂજન કરવું. ચેષ્ટાએ કરી તેના અભાવે કરી, અયોગ્યના ત્યાગે કરી અને યોગ્યના ગ્રહણે કરી આત્માનું પૂજન કરવું. જે જે નાશ પામે તેનો શોક ન કરવો ને જે પ્રાપ્ત થાય તેનું હર્ષ વિના ગ્રહણ કરવું. તે સમબુદ્ધિરૂપ, આત્મપૂજનો નિયમ રાખવો. બ્રહ્મ દષ્ટિથી સર્વ, શુભ છે એમ જાણવું. એ જ આત્મપૂજા વ્રત રાખવું. ઉપલક્ષ દષ્ટિથી જે મનોહર છે ને જે અતિ દુઃસહ છે, તે બંને બ્રહ્મ દષ્ટિમાં સમાન છે. એમ જાણી નિત્ય આત્મપૂજનનો નિયમ રાખવો. ‘આ હું છું, આ હું નથી,’ એ ભેદ બુદ્ધિ તજવી ને ‘સર્વ બ્રહ્મ છે,’ એવો નિશ્ચય કરવો. તે સર્વરૂપ, સર્વનામ અને જે કંઈ છે, તે સર્વઆત્મા છે, એવી રીતે સર્વાત્મક આત્માનું પૂજન કરવું. મિથ્યા દષ્ટિથી પ્રિય તથા અપ્રિય સર્વના ત્યાગે કરી અને આત્મમાત્ર બુદ્ધિથી બંનેના સ્વિકારે કરી નિત્ય આત્માનું પૂજન કરવું. સુખદાયી વિષયોમાં ઈચ્છા ન રાખવી ને દુઃખદાયી વિષયોમાં ત્યાગ બુદ્ધિ ન રાખવી. પણ પ્રારબ્ધે કરી જે પ્રાપ્ત થાય તે વિષયો, નદીઓને સમુદ્રની પેઠે ભોગવવા. જેમ કોઈપણ પદાર્થમાં આકાશનો સંબંધ નથી તેમ અપમાન આદિ તુરંચ દષ્ટિમાં ઉદ્ભવનો સંબંધ નથી. માટે ઉદ્ભવ કરવો નહિ. દેશ કાળ અને કર્મના યોગે કરી શુભ કે અશુભ જે કંઈ પ્રાપ્ત થાય, તે સર્વ નિર્વિકાર મનથી ભોગવી આત્માનું પૂજન કરવું. હે મુને ! ભોગ્ય પદાર્થો કે જે નાના પ્રકારના દુઃખ તથા રાગ દ્વેષાદિ વિકારનાં કારણો છે, તેમ જ શુદ્ધિ વિશુદ્ધિવાળા છે અને તીખા, કડવા, ખાટા આદિ વિષમ રસવાળા છે, તેના ભોગથી નિર્વિકારપણું કેમ રહે, એવી શંકા રાખવી નહિ. કારણ કે એક સમાનતારૂપી રસે કરી સર્વ વિષમતાનો ત્યાગ કરી સર્વ પદાર્થોને નિર્દોષ તથા મધુર કરવા, એટલે સર્વ પદાર્થો, પોતપોતાના વિષમ રસનો ત્યાગ કરી કેવળ મધુર રસવાળા થાય છે, તેથી તેના ભોગમાં કોઈ જાતનો વિકાર થતો નથી. સર્વ પદાર્થો આનંદેક રસ આત્માના વિવર્ત છે. તેણે કરીને અથવા સમતાના દર્શને કરીને તે સર્વના અવિકારપણાથી ભોગ થઈ શકે છે. સમતાએ કરી જે જે પદાર્થની ભાવના થાય તે સર્વ પદાર્થ, અમૃત થાય છે ને તેણે કરી ચંદ્રના અમૃત જેવા મધુર થાય છે. અજ્ઞેત દર્શનરૂપ સમતાએ કરી મન જે અવસ્થામાં આકાશની પેઠે લય પામ્યું હોય તે અવસ્થામાં રહેવું, એજ મુખ્ય પૂજા કહેવાય છે.

જ્ઞાની કે જે પૂર્ણિમાના ચંદ્રની પેઠે પરિપૂર્ણ છે, સ્વચ્છ છે તે ચિદ્ધન છે તેણે સમદષ્ટિ થવું ને સ્ફટિક મણિની પેઠે નિર્મળ તથા દઢ થવું. જે અંદર આકાશ જેવો નિર્મળ હોય, રંજનારૂપી હિમથી મુક્ત હોય ને પૂર્ણ હોય, એવો જ્ઞાની જ મારો મુખ્ય પૂજક છે. અજ્ઞાનમેધનો નાશ થવાથી જેના હૃદયાકાશમાં કામવિજળી સ્વપ્નમાં પણ જોવામાં આવતી નથી ને જેનું અહંતા હિમ શાંત થયું હોય એવો તત્ત્વવેતા જ શરદના આકાશની પેઠે શોભે છે. જે આનંદમૃત પૂર્ણ હોવાથી સોમ છે, તે નિષ્કલંક સ્વપ્રકાશ હોવાથી સૂર્યરૂપ છે. જેમાં માતા, માન અને મેયરૂપી ત્રિપુટી શાંત હોય છે. જે, તત્કાળ જન્મેલાં બાળકનાં વેદનની પેઠે વિકલ્પરહિત છે અને જે ચિદાભાસનું તથા ચિત્તનું બીજ છે, તે આત્મદેવનું યથામતિ દર્શન કરો ને જીવન મુક્તપદમાં સ્થિતિ કરો. એ જ મુખ્ય પૂજા છે. દેશ, કાળ અને કર્મના ક્રમે કરી પ્રાપ્ત થયેલા પદાર્થો વડે તથા સુખ દુઃખના વિલાસો વડે સદા આત્મદેવનું પૂજન કરો. ને શાંત મનોરથવાળી બુદ્ધિ વડે આત્મ સ્વરૂપમાં રહો તે જ મુખ્ય શિવપૂજન છે.

દેવતા તત્ત્વવિચાર

શ્રીઈશ્વર ઉવાચ :- યથાકાલં યથારમં ન કરોષિ કરોષિ યત્ ૮

ચિન્માત્રસ્ય શિવસ્યાતસ્મદેવા ચૈનમાત્મનઃ ૧૧ ૧૧

યોગાવાસિષ્ઠ નિર્વાણ પ્રકરણના ૪૦મા સર્ગમાં ઇશ્વર કહે છે :-

હે બ્રહ્મન્ ! તમે કાળને અનુસરી શક્તિ પ્રમાણે જે કરો છો, અથવા નથી કરતા તે સર્વ, આત્મા કે જે ચિન્માત્ર શિવ છે, તેનું પૂજન છે. તે પૂજન કરી ઇશ્વર પોતાનાં પારમાર્થિક સ્વરૂપથી આનંદ પામે છે ને પ્રકટતાને પ્રાપ્ત થાય છે. જેમ અગ્નિના તણખા અગ્નિથી જુદા નથી તમે રાગદ્વેષાદિ મૂલક હોવાથી અનર્થનો હેતુ છે, તો પણ તે આત્માનું પૂજન છે. પોતાના અથવા પરાયા રાજયૈભવ, દરિદ્રતા, આત્મદેવનું પૂજન છે. જેમ બ્રહ્મ, આકાશ આદિના ક્રમે કરી ઘટાદિ જગતરૂપે થાય છે, તેમ પ્રત્યગાત્મા જાત્રતાદિના ક્રમે કરી ઘટાદિ જગતરૂપે થાય છે અથવા પ્રત્યગાત્મા બંનેનું પૂજન છે. બ્રહ્મ જગતરૂપે ભાસે છે અથવા પ્રત્યગાત્મા જગતરૂપે ભાસે છે. પણ તે સર્વ આત્મા જ છે, માટે એક છે. એવી રીતે વિચાર કરતાં પ્રત્યગાત્મા જ પોતાનું સ્વરૂપ ભૂલી જવાથી જીવ જગતરૂપે છે, અન્ય કોઈ નથી. એ પ્રમાણે તત્ત્વજ્ઞાન થવાથી પૂજ્ય, પૂજક અને પૂજન હે બ્રહ્મન્ ! જે નિયતાકારતામાં પૂજ્ય પૂજાદિ ક્રમ, કલ્પ્યો છે તે નિયતા કારતા શાંત આત્મસ્વરૂપમાં સંભવતી નથી. જેમાં પૂજ્ય પૂજાદિ ક્રમ છે, એવો પરિચિછન્ન દેવ આત્મ દેવ નથી. કારણ કે આત્મદેવ નિત્ય છે ને શુદ્ધ છે અને પરિચિછન્ન દેવ, અનિત્ય તથા ઉપાધિવાળો છે. હે બ્રહ્મન્ ! આત્મા, ત્રણે જગતમાં વ્યાપક છે. શુદ્ધ ને સંવિક્રુપ છે માટે તેના નામરૂપ સંભવતા નથી. જેનો પરમેશ્વર, દેશ તથા કાળના પરિચ્છેદવાળો છે, તે પુરુષો આત્માના ઉપદેશને યોગ્ય છે. એટલે તેઓ અજ્ઞાની હોવાથી આપણે તેઓને ઉપદેશ કરવો જોઈએ. હે મુને ! પરિચિછન્ન દષ્ટિનો ત્યાગ કરી અપરિચિછન્ન દષ્ટિનું અવલંબન કરી દેવયોગથી પ્રાપ્ત થયેલા વિષયભોગો વડે સુખ દુઃખાદિ, શુભ તથા અશુભે કરી આત્મદેવનું પૂજન કરો. ને સમ, શુદ્ધ મનવાળા, વિતરણ અને બાધરહિત થઈ રહી.

હે, મુનિરાજ ! સમાનીપણું, અદંભીપણું, આદિ ગુણો તમારામાં છે. તેમ પૂજ્ય, પૂજકાદિના વિચારે કરી તમે આત્મ તત્ત્વ જાણ્યું છે. માયા તથા તેના કાર્યરૂપી કલંકને સર્વથા દૂર કર્યું છે માટે તમારે વિષે સ્ફટિકમણિની પેઠે તથા નવા ઘરની પેઠે જન્મ દુઃખ આદિ કોઈપણ કલંક લાગતું નથી.

નિર્ગુણ માનસપૂજા (આત્મપૂજા)

ચાલો આપણે પ્રજ્ઞાપુરુષ જગદ્ગુરુ શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યને સર્વકોટિ વંદન કરી, તેઓએ રચેલા નિર્ગુણ માનસપૂજા સ્તોત્રમાં વર્ણિત આત્મપૂજાને સમગ્ર આત્મસાત્ કરવા પ્રયત્નરત થઈએ.

આત્મ ધ્યાન :-

આરાધિયામિ મણિસન્નિષમાત્મલિઙ્ગં માયાપુરીં હૃદયપદ્મજસંનિ વિષ્ટમ્ ।

શ્રદ્ધા નદી વિમલચિત્ જલામિષેકે નિત્યં સમાવિક્તુસુમૈર પુનર્મવાય ॥ ૧ ॥

મણિ તુલ્ય આત્મારૂપ (શિવ) લિંગ, (દેહરૂપ) માયાની નગરીમાં હૃદયરૂપી કમળ વિષે સ્થપાયેલું છે. તેનું હું ફરી જન્મ ન થાય તે (મોક્ષપદ) માટે, શ્રદ્ધારૂપ નદીના ચિત્તરૂપી નિર્મળ જળ વડે અભિષેક કરી સમાધિરૂપી પુષ્પો વડે નિત્ય પૂજન કરું છું. (૧)

આવાહન આસન :-

અયમેકોઢવશિષ્ટોઢસ્મીત્યેવમાવાહયેચ્છિવમ્ ।

આસનં કલપયેત્સ્વાત્સ્વપ્રતિષ્ઠાત્મચિન્તનમ્ ॥ ૨ ॥

આ એક જ હું બાકી રહ્યો છું. એમ શિવનું આવાહન કરવું, પછી આત્મામાં સ્થિતિ અને આત્માના ચિંતનરૂપ આસન કલ્પવું. (૨)

પાદમ્ :-

પુણ્યપાપરજઃસઙ્ગી મમ નાસ્તીતિ વેદનમ્ ।

પાદ્મં સમર્પયેદ્વિદ્વાન્સર્વકલમષનાશનમ્ ॥ ૩ ॥

વિધાને પુણ્ય-પાપરૂપી રજનો મને સંગ નથી એમ સમજવું, અને તે જ સર્વ પાપનો નાશ કરનારું પાદમ્ (પગ ધોવાનું પાણી આત્મારૂપી શિવલિંગ) ને અર્પણ કરવું. (૩)

અર્ધ્યમ્ :-

અનાદિ કલથ સંવૃષ્ણમૂલાજ્ઞાન જલાશ્વલિમ્ ।

વિસૃજેદાતલિઙ્ગસ્ય તદેવાર્ધ્યસમાર્પણમ્ ॥ ૪ ॥

પછી અનાદિ સૃષ્ટિમાં અત્યંત વધેલું જે મૂળ અજ્ઞાન છે, તે રૂપ જળની અંજલિનું વિસર્જન કરવું અને તેનો જ આત્મારૂપ લિંગને અર્ધ્ય સમર્પણ કરવો. (૪)

આચમન્ :-

બ્રહ્માનન્દાશ્વિ કલ્લોલકળકોટયંશલેશકમ્ ।

પિબન્તીંદ્રાદય ઇતિ ધ્યાનમાચમનં મતમ્ ॥ ૫ ॥

બ્રહ્માનંદરૂપી સમુદ્રના તરંગનો જે એક જ કણ છે, તેના કરોડમા ભાગનો માત્ર લેશ જ ઇંદ્રાદિ (લોકપાલો) પી રહ્યા છે. આપું જે ધ્યાન કરવું તેને જ (માનસપૂજામાં) આચમન માન્યું છે. (૫)

અભિષેક :-

બ્રહ્માનન્દ	જલેનૈવ	લોકાઃ	સર્વે	પરિપ્લુતાઃ	।
અચ્છેદ્યોડયામિતિ		ધ્યાનમભિષેચનમાત્મનઃ			॥ ૬ ॥

બ્રહ્માનંદરૂપી જળમાં જ બધા લોકો તરબોળ થઈ રહ્યા છે, અને આ આત્મા છેદવો શક્ય નથી, એવું ધ્યાન કરવું તે ધ્યાન ધાર આત્મ (લિંગ) ઉપર અભિષેક છે. (૬)
વસ્ત્રમ્ :-

નિરાવરણચૈતન્યં	પ્રકાશોડ્ગમ્યતિ	ચિંતનમ્	।
આત્મલિંગસ્ય	સદ્વસમિત્યેવં	ચિન્તયેન્મુનિઃ	॥ ૭ ॥

આવરણ રહિત પ્રકાશમય ચૈતન્ય હું છું, આપું ચિંતન કરવું, તે આત્મારૂપ શિવલિંગને ઉત્તમ વસ્ત્રનું સમર્પણ છે, એમ મુનિએ ચિંતન કરવું. (૭)

ઉપવીત (જનોઈ) :-

ત્રિગુણાત્માશેષલોકમાલિકા	સૂત્રમસ્યહમ્	।
इति निश्चयमेकत्र	ह्युપवीतं	परं मनम् ॥ ૮ ॥

ત્રણ ગુણમય સમગ્ર લોકમાળાનું હું સૂત્ર (દોરો) છું, આપો જે નિશ્ચય, એ જ આ માનસ પૂજામાં શ્રેષ્ઠ ઉપવીત (જનોઈ) માનેલ છે. (૮)

ચંદનમ્ :-

अनेकवासनामिश्र	प्रपञ्चोदयं	धृतो	मया	।
नान्येनेत्यनुसंधानसंधानमत्पञ्चदनं		प्रवेत्		॥ ૯ ॥

અનેક વાસનાઓથી મિશ્ર આ જગતરૂપ પ્રપંચ મેં જ ધારણ કર્યો છે. બીજાએ ધારણ કર્યો નથી, આમ વિચારવું એ જ આત્મદેવને ચંદન સમર્પણ છે.

તલ - અક્ષત :-

रजः	सत्त्व	तनोवृत्ति	त्यागरूपे	तिलाक्षतैः	।
आत्मलिङ्गं	यजेनित्यं	जीवनमुक्तिप्रसिद्ध्यै			॥ ૧૦ ॥

સત્વગુણ, રજોગુણ અને તમોગુણવાળી વૃત્તિનો ત્યાગ કરવો, એ રૂપ જ તલ તથા અક્ષતના સમર્પણ વડે આત્મારૂપ શિવલિંગનું જીવનમુક્તિની સિદ્ધિ માટે નિત્ય પૂજન કરવું. (૧૦)

બિલ્વપત્રાર્પણ :-

ईश्वरो	गुरुरात्मेति	भेदत्रयविवर्जितैः	।
बिल्वपत्रैर	द्वितीयैरात्मलिङ्गं	यजेच्छिवस्	॥ ૧૧ ॥

ઈશ્વર, ગુરુ અને આત્મા એ ત્રણે ભેદ છે જ નહિ. આવી ભાવનારૂપ અખંડ બિલ્વપત્રો વડે આત્મારૂપ શિવલિંગનું પૂજન કરવું. (૧૧)

ધૂપ-દીપદર્શનમ્ :-

સમસ્તવાસનાત્યાગં	ધૂપં	તસ્ય	વિચિંતયેત્	।
જ્યોતિર્મયાલાવિજ્ઞાનં	દીપં	સંદર્શયેદ્રબુધઃ		॥ ૧૨ ॥

વિધાને સમસ્ત વાસનાઓનો ત્યાગ કરવો. એ જ આત્મદેવને ધૂપ સમર્પણ ચિંતવવું અને જ્યોતિર્મય આત્મવિજ્ઞાન રૂપ જ દીપ દર્શન એને કરાવવું. (૧૨)

નેવેધ :-

નૈવેદ્યમાત્મલિઙ્ગસ્ય	બ્રહ્માણ્ડાભ્યં	મહૌદનમ્	।
પિબાનંદરસં	સ્વાદુ	મૃત્યુરસ્યોપસેચનમ્	॥ ૧૩ ॥

આત્મારૂપ શિવલિંગને બ્રહ્માંડ નામનો મોટો ભાત નેવેદ્યરૂપે અર્પણ કરવો, બ્રહ્માનંદરૂપ સ્વાદિષ્ટ રસનું તમે પાન કરો, એમ પ્રાર્થના કરવી અને મૃત્યુરૂપી અથાણું તેમને ઘસવું. (૧૩)

હસ્તપ્રક્ષાલન (હાથ ધોવા) :-

અજ્ઞાનોચ્છિષ્ટહસ્તસ્ય	ક્ષાલનં	જ્ઞાનવારિણા	।
વિશુદ્ધસ્યાત્મલિઙ્ગસ્ય	હસ્તપ્રક્ષાલનં	સ્મરેત્	॥ ૧૪ ॥

અજ્ઞાન વડે ઁઠા તેમના હાથનું જ્ઞાનરૂપી જળ વડે પ્રક્ષાલન કરવું. અને એ જ અતિ વિશુદ્ધ આત્મારૂપ શિવલિંગનું હસ્તપ્રક્ષાલન છે, એવું ચિંતન કરવું. (૧૪)

તામ્બૂલમ્ (પાનનું બીડું) :-

રાગાદિગુણ	શૂન્યસ્ય	શિવસ્ય	પરમાત્મનઃ	।
સરાગ	વિષયામ્યા	સત્યાગ	સ્તાંબૂલચર્વણમ્	॥ ૧૫ ॥

શિવ પરમાત્માના ચમાદિ ગુણોથી રહિત છે, માટે રાગ સહિત વિષયોનો જે ત્યાગ કરવો, એ જ તેમને પાન-બીડાંનું સમર્પણ છે. (૧૫)

આરતી :-

અજ્ઞાનઘ્વાંતવિધ્વંસ	પ્રચંડમતિમાસ્કરમ્	।
આત્મનોબ્રહ્મતાજ્ઞાનનીરાજનમિહાત્મઃ		॥ ૧૬ ॥

અજ્ઞાનરૂપ અંધકારનો નાશ કરવામાં અતિશય ઉગ્ર અને સૂર્ય કરતાં પણ અધિક આત્માનું જે બ્રહ્મજ્ઞાન રૂપ તેજ છે એ આત્મદેવની આરતી છે. (૧૬)

પુષ્પાંજલિ :-

વિવિધ	બ્રહ્મસંદ્રષ્ટિ	માલિકામિરલંકૃતમ્	।
પૂષ્પાનન્દતતાદ્રષ્ટિ	પુષ્પાંજલિમનુ	સમરેત્	॥ ૧૭ ॥

અનેક પ્રકારની બ્રહ્મદષ્ટિરૂપ માળાથી સુશોભિત પૂર્ણાનંદમય આત્મ દષ્ટિને પુષ્પાંજલિરૂપે ચિંતવવી. (૧૭)

પ્રદક્ષિણા :-

પરિભ્રમન્તિ	બ્રહ્માણ્ડ	સહસ્ર્રાણિ	મયીશ્વરે	૧
કૂટસ્થાચલરૂપોઢહમિતિ	ધ્યાનં	પ્રદક્ષિણમ્		૫ ૧૮ ૫

ઈશ્વર સ્વરૂપ મારામાં હજારો બ્રહ્માંડ ભમ્યા કરે છે અને હું કૂટસ્થ અચળ સ્વરૂપ છું. આપું જે ધ્યાન કરવું એ જ આત્મદેવને પ્રદક્ષિણા છે. (૧૮)

વંદનમ્ :-

વિશ્વવંદ્યોઢહમેવાસ્મિ	નાસ્તિ	વંદ્યો	મદન્યતઃ	૧
ઈત્યાલોચનમેવાત્ર	સ્વાત્મલિઙ્ગસ્ય	વંદનમ્		૫ ૧૯ ૫

હું જ જગતમાં વંદનીય છું. મારાથી બીજો કોઈ વંદનીય નથી, આપો વિચાર કરવો, એ જ પોતાના આત્મારૂપ શિવલિંગને આ માનસપૂજામાં વંદન (નમસ્કાર) છે. (૧૯)

નામ કીર્તન :-

આત્મનઃ	સક્તિયા	પ્રોક્તા	કર્તવ્યાભાવમાવના	૧
નામરૂપવ્યતીતાત્મચિન્તનં		નામકીર્તનમ્		૫ ૨૦ ૫

મારે કંઈ કરવાનું નથી, આવી જે ભાવના, તે જ આત્માનો સત્કાર કહેવાય છે, અને નામરૂપરહિત આત્માનું ચિંતન, એ જ (ભગવાનનું) નામ કીર્તન છે. (૨૦)

મનન :-

શ્રવણં	તસ્ય	દેવસ્ય	શ્રોતવ્યમાવચિંતનમ્	૧
મનનં	ત્વાત્મલિઙ્ગસ્ય	મંતવ્યામાવચિંતનમ્		૫ ૨૧ ૫

મારે કંઈ સાંભળવાનું નથી, આમ ચિંતન કરવું એ જ આત્મદેવનું શ્રવણ છે, અને મારે કંઈ વિચારવાનું નથી, આમ માનવું, તે આત્મરૂપ શિવલિંગનું મનન છે. (૨૧)

નિદિધ્યાસન-સમાધિ :-

ધ્યાતવ્યામાવવિજ્ઞાનં	નિદિધ્યાસનમાત્મનઃ	૧
સમસ્તગ્રાંતિવિક્ષેપરાહિત્યેનાત્મનિષ્ઠતા		૫ ૨૨ ૫
સમાધિરાત્મનો	નામ	નાન્યચ્ચિત્તસ્ય
તત્રેય	બ્રહ્મણિ	સદા
	ચિત્તવિગ્રાંતિરિષ્યતે	૫ ૨૩ ૫

‘મારે કંઈ ધ્યાન કરવાનું નથી’. આમ ધ્યાન કરવું એ આત્માનું નિદિધ્યાસન છે અને બધી ભ્રમણાઓ વિક્ષેપથી રહિત ઘડી આત્મામાં જ સ્થિત કરવી એ આત્માની સમાધિ છે. બીજી સમાધિ છે જ નહિ, બીજી તો ચિત્તની ભ્રમણા જ છે, કેમ કે તે બ્રહ્મમાં જ ચિત્તની વિગ્રાંતિ ઈચ્છવા યોગ્ય છે. (૨૨-૨૩)

ફળશ્રુતિ :-

एवं वेदान्त	कल्योक्तस्वात्मलालिङ्ग	प्रपूजनम्	।
कुर्वन्नामरणं	वापि क्षणं वा	सुसमाहितः	॥ २४ ॥
सर्वदुर्वासनाजालं	पदपांसुमिव	त्यजेत्	।
विघ्नयाज्ञानदुःखौघं	मोक्षानन्दं	सम्प्नुते	॥ २५ ॥

આ રીતે વેદાંત શાસ્ત્રમાં કહ્યા પ્રમાણે પોતાના રૂપ શિવલિંગનું સારી રીતે પૂજન કરવું. જે મનુષ્ય મૃત્યુ પર્યંત અથવા એક ક્ષણ પણ સારી રીતે એકાગ્ર થઈ આવું માનસ પૂજન કરે છે, તે સર્વ વાસનાઓના સમૂહનો પગની ધૂળ પેટે ત્યાગ કરે છે અને અજ્ઞાનરૂપ દુઃખ પરંપરા ત્યજી મોક્ષાનંદ પામે છે. (૨૪-૨૫)

॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

॥ ૐ શ્રી પરમાત્માને નમઃ ॥

॥ આત્મપૂજા ઉપનિષદ્ ॥

સમગ્ર ઉપનિષદો સમગ્રતાની ચર્યમાં આત્મા, પરમાત્મા (પરમ તત્ત્વ, પરમેશ્વર, પરમ સત્તા, પરબ્રહ્મ જે કહો તે) ને કેન્દ્રમાં રાખે છે. એનો ઉદ્દેશ્ય આધ્યાત્મ તરફનો ઢાળ કે જે જીવને આત્મસ્વરૂપનું ભાન કરાવી, પરમાત્મા સ્વરૂપમાં ઢાળવાનો (એકીભૂત કરવાનો) પ્રયાસ છે. ઉપલબ્ધ ઉપનિષદોની સંખ્યા ૨૨૦ જેવી જાણવામાં આવી છે. તે પૈકી અવ્યકોપનિષદ, અધ્યાત્મોપનિષદ, આત્મોપનિષદ, આત્મ પ્રબોધોપનિષદ અને અહીં પ્રસ્તુત આત્મપૂજા ઉપનિષદના કેન્દ્રમાં પ્રાચીન ઋષિ પ્રણિત આત્મ તત્ત્વ જેની અહીં પ્રસ્તુતિ થઈ છે તે ખૂબ જ નાનું એટલે કે કેવળ સત્તર સૂત્રોવાળું છે. તેનો સમાવેશ માત્ર એક પોસ્ટકાર્ડ જેટલા કાર્ડ પર થઈ શકે છે. પરંતુ એનો પ્રત્યેક અક્ષર બીજરૂપ છે. જેનો વિસ્ફોટ અનેકાનેક શબ્દો અને અર્થો નિષ્પન્ન કરી શકે તેવો છે. એ ધ્યાનમાં રાખીને, અહીં યથામતિ ‘આત્મપૂજા-ઉપનિષદ’ ના સૂત્રો પર પ્રકાશ પાડવાનો પ્રયાસ છે. તે પ્રયાસની સફળતાનો યશ આત્મતત્ત્વ જે વિશ્વમાં સર્વત્ર મારા, તમારા અને સર્વમાં વિલાસી રહ્યું છે તેને જ અર્પણ કરી કૃતકૃત્ય થાઉં છું. અદ્યુરપ, ખામી કે કોઈ ગેરસમજ જણાય તો તે અલ્પજ્ઞ જીવભાવની નિપજ છે એમ સમજી ક્ષમા ચાચના કરું છું. આ તો અપૂર્ણને પૂર્ણતામાં પ્રગટ કરવાનો, સમજાવવાનો અને સમજવાનો પ્રયાસ માત્ર છે.

॥ આત્મ-પૂજા ઉપનિષદ ॥ (મૂલચૂર)

ૐ તસ્ય નિષ્ચિન્તનમ્ ધ્યાનમ્ ।

ૐ નું નિરંતર સ્મરણ જ તેનું ધ્યાન છે.

સર્વ કર્મ નિરાકરણ આવાહનમ્ ।

સર્વ કર્મોના કારણની સમાપ્તિ જ આવાહન છે.

નિષ્ચલ જ્ઞાન આસનમ્ ।

નિશ્ચલ જ્ઞાન જ આસન છે.

ઉન્મનિ શાવઃ પાદમ્ ।

મનનું ઉર્ધ્વગમન ઉપરની તરફ વહેવું જ પાદમ્ છે પરમાત્માના પગ ધોવા માટેનું પૂજામાં વપરાતું જળ તે પાદ છે.

સુદ્રાઢમનસ્કં અર્ધ્યમ્ ।

મનના તીરનું નિરંતર તેની તરફ લક્ષ્ય હોવું જ અર્ધ્ય છે, અર્પણ છે.

સદાદીપ્તિઃ અપાર અમૃતવૃત્તિઃ સ્નાનમ્ ।

અંત પ્રકાશમાં તથા અંતરના અનંત અમૃતમાં નિરંતર કેન્દ્રિત રહેવું જ પૂજાની તેચારીને માટે સ્નાન છે.

સર્વત્ર શાવના ગન્ધઃ ।

બધી જગ્યાએ (સદા સર્વત્ર) તેની અનુભૂતિ જ એક માત્ર ગંધ છે.

દક્ સ્વરૂપ અવસ્થાનં અક્ષતાઃ ।

પોતે સ્વયંના સાક્ષીમાં સ્થિર થઈ જવું જ અક્ષત છે, કે જે છડ્યા વગરના અને અતૂટ (ખંડિત થયા ન હોય તે વા અક્ષત) પૂજા માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.

ચિદાપ્તિઃ પુષ્પમ્ ।

હ્યા ફૂલ છે કે જે પૂજાને માટે ઉપયુક્ત હોઈ શકે છે ? ચૈતન્યથી ભરપૂર હોવું તે પુષ્પ છે.

ચિદાગ્નિ સ્વરૂપં ધૂપઃ ।

પોતાની અંદર ચૈતન્યનો અગ્નિ પ્રગટાવવો જ ધૂપ છે.

ચિદાદિત્ય સ્વરૂપમ્ દીપઃ ।

ચૈતન્યના સૂર્યમાં સ્થિત થવું એક માત્ર દીપક છે.

પરિપૂર્ણ ચન્દ્ર રસીકીકરણં નૈવેદ્યમ્ ।

અન્તરના પૂર્ણ ચંદ્રના અમૃતને એકલું કરવું જ નૈવેદ્ય છે.

નિશ્ચલત્વં પ્રદક્ષિણમ્ ।

નિશ્ચલતા જ પ્રદક્ષિણા છે, અર્થાત્ તેની પૂજાના હેતુ માટે ઘૂમવાની પ્રક્રિયા છે.

સોઢહં ભાવો નમસ્કારઃ ।

હું તે જ છું, એ ભાવ જ નમસ્કાર છે.

મૌનં સ્તુતિઃ ।

મોન જ સ્તુતિ (પ્રાર્થના) છે.

સર્વં સંતોષોવિસર્જનમિતિ સ એવં વેદ ।

પૂર્ણ સંતોષ વિસર્જન છે, અર્થાત્ પૂજાની ક્રિયાની સમાપ્તિ છે. જે એવું જાણે છે તે જ જ્ઞાનને ઉપલબ્ધ છે.

સર્વં નિરામય પરિપૂર્ણોઢહમસ્મીતિ મુમુક્ષુણાં મોક્ષેક સિદ્ધિર્શ્વવતિ ઇત્યુપનિષદ્ ।
'હું જ તે પરિપૂર્ણ શુદ્ધ બ્રહ્મ છું' એવું જાણી લેવું જ મોક્ષની ઉપલબ્ધિ છે.

॥ ૐ શાન્તિઃ શાન્તિઃ શાન્તિઃ ॥

પ્રથમ સૂત્ર

“ ૐ તસ્ય નિષ્ચિન્તનમ્ ધ્યાનમ્ । ”

ૐ જેનું નિત્ય સ્મરણ, નિરંતર સ્મરણ જ તેનું ધ્યાન છે. ૐ એ શબ્દ બહુમુલ્ય (કીમતી) છે. મહત્વપૂર્ણ છે, એક સંકેતની માફક, ઇશ્વારા તરીકે એક જ ૐકાર સમગ્રતાને પમાવાની સર્વ પ્રકાર બંધ તાળાને ખોલવાની ગુપ્ત કુંચી (માસ્ટર કી) છે. સર્વ પ્રથમ એને જ ખોલીએ એટલે બધું જ ખૂલે, બધું જ સમજાય.

ૐકારં વિન્દુ સંયુક્તં નિત્યં ધ્યાયન્તિ યોગિનઃ ।

કામદં મોક્ષદં ચૈવ ૐકારાય નમો નમઃ ॥

વેદશાસ્ત્ર આદિનું બીજ એવા ૐકારને નમસ્કાર કરી જ્ઞાન પ્રાપ્તિની દિશામાં આગળ વધીએ, ૐકાર આપણા પ્રાણચંત્રમાં નિરંતર ગતિમાન છે. વેદાદિ શબ્દરૂપ છે. પૂતળામાં જીવ તેમ વ્યંજનમાં સ્વર વ્યાપી રહ્યા છે અને વ્યંજન સ્વર પણ વિકાર છે. પાણી વગર પરપોટો નહિ. દ્વનિમાં વ્યંજનપણું કે સ્વરપણું બંને નથી અને તેને બ્રહ્મનાદ કહે છે. એ સર્વનું બીજ ૐ છે. શબ્દ પ્રાણને વિષે ઊઠે છે. વાયુ એ વાયુ અથડાય કે દ્વનિ થાય.

વિજ્ઞાન કહે છે દ્વનિ વિદ્યુત કણોનું પરિવર્તન છે, રૂપાન્તરણ છે. દ્વનિ સ્વયં પોતાનામાં કંઈ નથી પરંતુ વિદ્યુત છે. ઉપનિષદ્ કહે છે કે વિદ્યુત કંઈ નથી પરંતુ દ્વનિનું રૂપાન્તરણ છે. એક વાત જરૂર છે કે કોઈપણ રીતે દ્વનિ અને વિદ્યુત પરિવર્તન કરી શકાય છે એકબીજામાં પરંતુ આધારભૂત કોણ છે ? વિજ્ઞાન કહે છે કે વિદ્યુત આધારભૂત છે. ઉપનિષદોનું કહેવું છે કે દ્વનિ ભૂળભૂત છે અને હું માનું છું કે આ જે ભેદ છે તે કેવળ તેઓની પહોંચના કારણથી છે. ઉપનિષદો અંતિમ સત્ય સુધી દ્વનિના માધ્યમથી પહોંચે છે, મંત્રોના દ્વારા, તેઓ દ્વનિનો ઉપયોગ કરે છે. દ્વનિ શૂન્યને ઉપલબ્ધ કરવા માટે, ધીરિ-ધીરિ દ્વનિને છોડી દેવામાં આવે છે અને ધીરિ-ધીરિ દ્વનિ શૂન્યતા પ્રાપ્ત કરી લેવામાં આવે છે. અંતમાં જ્યારે તેઓ ઊંડાણમાં પહોંચે છે તેઓ તે કોસ્મિક સાઉન્ડ - બ્રહ્મનાદ (બ્રહ્મદ્વનિ) ને સાંભળે છે. તે કોઈ વિચાર નથી તે કોઈ ઉત્પન્ન કરેલી દ્વનિ નથી. તે તો અસ્તિત્વના પોતાના સ્વભાવમાં અંતર્નિહિત છે. એ દ્વનિને તેઓએ પ્રણવનાદ (ૐકાર) કહ્યો છે. તેઓ કહે છે કે જ્યારે આપણે ઓમને વારંવાર ઉચ્ચારીએ છીએ તે માત્ર સમરૂપતા છે, બહુ જ દૂરની નકલ. તેઓ કહે છે તે અસલ નથી, એ તે નથી કે જે ત્યાં જાણવામાં આવે છે, કારણ કે એ તો આપણે પ્રયત્નથી ઉત્પન્ન કરી છે. એ તો માત્ર ફોટોગ્રાફ કે ઝેરોક્ષ કોપીની માફક છે, એ ફક્ત તેનાથી લગભગ મળતી છે. મારો ફોટો મને મળતો આવે છે, પરંતુ ફોટા છે તે હું નથી.

વાણી ચાર પ્રકારની છે :- પરા, પશ્યંતી, મધ્યમા અને યૈજરી. યૈજરી વ્યવહારની વાણી છે. તે વ્યવહારિક પ્રણવ કહેવાય છે જે બધા સમજી શકે છે. મધ્યમામાં હોઠ હાલે છે, પશ્યંતીમાં વગર હોઠ હાલે મનમાં સ્વર થાય છે. પરા જે ભૂખમાં

આધારચક્રમાં શબ્દનો ભંડાર છે તે. ત્યાં તો અજપાજપ બની જ રહ્યો છે. ‘સોડહમ્’ એજ તત્ત્વમસિનું બીજ છે, ‘સોડહમ્’ નું બીજ ડો છે, કેમ કે ‘સ’ અને ‘હ’ વ્યંજનો વિકારરૂપ છે. તે શુદ્ધ ડોના ઉપર ભાસે છે. સોડહમ્ નિર્ગુણ તેજ સ્વરૂપ છે, નિર્ગુણ હોય તેજ સગુણ થાય, સગુણ નિર્ગુણ થાય નહિ. વાદી બહુરૂપી થઈ કાંઈ કાંઈ ઇન્દ્રિયો રચે. આત્માનું ખાસ લક્ષણ નહિ તેથી તે જે સ્વાંગ લે તે લઈ શકે છે. વાસ્તવિક કાંઈ નથી, જે કલ્પના કરો તે બને, નિરાકારમાં બધા આકાર બને. એક વાર આકારો થયા પછી તેને કાયમ રહેવું પડે. વળી નિરાકાર બને તો પાછો તેનો નવો આકાર બદલાય. આત્માને સ્વાભિમાન નથી.

ધ્વનિનો વિકાર સ્વર અને સ્વરનો વિકાર વ્યંજન. આકારનું મૂળ લીટી (રેખા) છે અને લીટી (રેખા) બિંદુની બનેલી છે. બાળક દરેક વસ્તુને ‘આ’ ‘આ’ કહીને દેખાડે છે. તેનું નામ તે ઉપર પછી ચડે છે. ‘જેમ આ આ’ કહી બતાવે છે, તેમ ‘સઃ’ એટલે ‘તે’ જાણીતો જ છે. પણ, ‘અહમ્’ તેના ઉપર ચડીને ‘સોડહમ્’ થાય છે. ડો - અહમ છે, ને ત્રણ ભેદ છતાં ધ્વનિ એક જ છે. જે અર્ધમાત્રા છે તે અખંડ અને નિત્ય છે. નગારામાં અવાજ તો ભરેલો છે પણ દાંડીઓ ઠોકવાની વાર છે. તેમ મુખનો ડંકો વાયુ અકળાય કે કાનમાં ખરો ધ્વનિ થાય, કાનમાં આંગળી વધારે વખત રાખી અનુભવ કરો. ‘અનહદ બાજાં બજતાં સમજ લો ધૂન કી ખબર, અનહદ બાજા બાજતાં’ બહારના વિશેષ ધ્વનિમાં અંદરનો સામાન્ય ધ્વનિ ઢંકાઈ જાય છે. નગારામાં તત્ત્વીનો અવાજ કોણ સાંભળે ? અનંત શબ્દરૂપ થાય પણ ધ્વનિનું ધ્વનિરૂપ મરતું નથી તે સ્ફોટ કહેવાય છે. અવાજ જુદા જુદા, રાગ જુદા જુદા પણ ધ્વનિ તો એક જ છે.

ઘણા એવા લોકો છે જેમણે ડોના વિષયમાં વિચાર્યું છે, ચિંતન કર્યું છે કે શું અર્થ છે ડો નો ? તેઓએ મોટા મોટા ઢાંચા ખડા કરી દીધા, પરંતુ તેમણે ક્યારે કૂચીનો ઉપયોગ કર્યો નથી, તેઓ ક્યારે પણ તે મહેલની અંદર પ્રવેશ્યા નથી. એ એક ચિહ્ન છે, એક સંકેત છે, પરંતુ આધારભૂત વાત તો એ એક રહસ્યમય ગુપ્ત ચાવી છે. એનો બ્રહ્મદ્વારમાં પ્રવેશવા માટે એક વિધિની માફક ઉપયોગ કરી શકાય છે. જેટલો સૂક્ષ્મ એ હોય છે, એટલો વાસ્તવિકની પાસે થતો જાય છે, અને જેટલો મોટો (સ્થૂળ) હોય છે તેટલો દૂર હોય છે.

ડો એક મહાનતમ વસ્તુમાં પરિવર્તિત થાય છે. પોતાના હોઠો એના ઉચ્ચારણ માટે કામમાં ન લો, કેવળ પોતાની અંદર પોતાના મનની સહાયતાથી ડોનો ધ્વનિ ઉત્પન્ન કરો. પોતાના શરીરને પણ કામમાં ન લો, ત્યારે તે એક મળતી ઝૂલતી ધ્વનિ બનશે. કરાણ કે ત્યારે આપ એક બીજા અધિક માધ્યમનો, સૂક્ષ્મ માધ્યમનો ઉપયોગ કરશો. તે એક સારું ચિત્ર (તસ્વીર) પ્રગટ કરશે. મનનો પણ ઉપયોગ નહિ કરો. પ્રથમ ઉપરના શરીરને કામમાં લો, પછી તેને છોડી દો. પછી મનને કામમાં લો. બસ અંદર ડોનો ધ્વનિ ઉત્પન્ન કરો. ત્યારે તેને પણ બંધ કરી દો અને ધ્વનિને પ્રતિધ્વનિત થવા દો. કોઈપણ પ્રયાસ ન કરો, તે સ્વયં (પોતાની) અંદરથી આવે છે, ગુંજાયમાન થાય છે.

ત્યારે તે જપ (અજપમય) બની જાય છે, ત્યારે આપ એને ઉત્પન્ન કરી રહ્યા નથી, આપ તો માત્ર તેના પ્રવાહમાં છો. ત્યારે તે વધુ ગદન ઊંડાણમાં ઉતરી જાય છે, અને તે વધુ ને વધુ વાસ્તવિક બની જાય છે. જ્યારે એ વગર પ્રયત્નથી થવા માંડે, મન વગર થવા લાગે અને જ્યારે કેવળ દ્વનિ જ આપની અંદર પ્રવાહિત થવા લાગે, તો આપ એની બહુ જ સમીપ છો.

જ્યારે કોઈ અસ્તિત્વના ઊંડાણમાં મૂળ સુધી જાય છે, ખૂબ જ ઊંડે તો ત્યાં વિચાર નથી હોતા, વિચાર કરનાર પણ નથી હોતા, વિષયબોધ પણ ત્યાં નથી હોતા, ત્યાં હું કર્તા છું એવો કર્તા બોધ પણ નથી હોતો ? અહંકાર વિલીન થઈ જાય છે. અહંકાર કર્તાપણનો અભાવ છતાં પણ, બધું જ થાય છે. તે વિચારશૂન્ય, કર્તાશૂન્ય ક્ષણમાં એક દ્વનિ સંભળાય છે તે દ્વનિ ઝૂંના દ્વનિને મળતી આવે છે. તે ઝૂં નથી એટલે એક માત્ર સંકેત છે.

મુસલમાનો અને ઈસાઈઓએ તેને ‘આમીન’ ની માફક ઓળખ્યો છે. તે દ્વનિ જે સંભળાય છે, જો કે બધું જ ખોવાય જાય છે અને કેવળ દ્વનિ ગુંજાયમાન રહે છે, ઝૂં સાથે મળતી આવે છે, તે આમીનથી પણ મળી શકે છે. અંગ્રેજીમાં કેટલાક શબ્દો છે - ઓમની પ્રેઝન્ટ, એનો અર્થ એ છે તે કે જે ઓમ્ના દ્વનિમાં મોજુદ છે. ઓમ્નિશિયન્ટનો અર્થ છે કે જેણે ઓમપને જોયો હોય, ઓમ્નિ પોરેન્ટનો અર્થ થાય છે. તે જે કે ઓમ્ની સાથે એક થઈ ગયો છે, કારણ કે તે સર્વથી મોટી સંભાવના છે સમસ્ત બ્રહ્મની. ઓમ્નિશિયન્ટ, ઓમ્નિપ્રેઝન્ટ અને ઓમ્નિપોરેન્ટમાં જે ઓમ્નિ છે તે ઓમ્ (ઝૂં) છે. ઓમ્નિ પણ ઓમ્ (ઝૂં) છે. અલગ અલગ સાધક, અલગ અલગ લોક ભિન્ન ભિન્ન ઓળખાણને પામ્યા છે. આ ઝૂં બહુ જ અદ્ભુત છે. તે રહસ્યવિદોને માટે જેટલો કે આઈન્સ્ટાઈનનો સાપેક્ષતાનો નિયમ ભૌતિકશાસ્ત્રને માટે. તે ફોર્મ્યુલામાં ત્રણ વાત છે :- એક ચિહ્ન, એક સંકેત, અને એક (મૂળ કૂંચી) ગુપ્ત ચાવી. આ ઝૂં માં પણ ત્રણ વાતો છે, પરંતુ આધારભૂતમાં આ એક જ ગુપ્ત કૂંચી છે. જ્યાં સુધી આપ તેના વડે દ્વાર નથી ખોલતા, ત્યાં સુધી તેની બાબતમાં વિચાર કરવો વ્યર્થ છે. સમય, જીવન અને શક્તિ એ બધું વ્યર્થ નષ્ટ કરે છે. જ્યાં સુધી કે આપ દ્વાર ખોલવા તૈયાર ન હોવ, ત્યાં સુધી કૂંચીની વાત કરવાથી શું લાભ ? અહીં સુધી કે આપ તમામ દાર્શનિક રહસ્યને જાણી લો, બધું બેકાર નકામું છે. એટલે જ તો સર્વ પ્રથમ પ્રારંભમાં રાખીએ છીએ - ઝૂં, આ જ તો ચાવી છે.

ઝૂંકારને બ્રહ્મ સ્વરૂપ બતાવવામાં આવ્યો છે, તે પરબ્રહ્મ પરમાત્મા કેવા છે, તે બતાવાય છે. એ બ્રહ્મ-પ્રણવ સ્વરૂપ પરમાત્મા સર્વના આધારભૂત તથા પરમ જ્યોતિરૂપ છે. એ જ સર્વનો ઈશ્વર અને સર્વ વ્યાપક છે. સંપૂર્ણ દેવતા એનાં જ સ્વરૂપ છે. સમસ્ત પ્રપંચનો આધાર પ્રકૃતિ પણ એના ગર્ભમાં જ છે. એ સર્વાક્ષરમય છે. વર્ણમાળાના પચાસ વર્ણ અને તેમના દ્વારા બોધ્ય અર્થ, સર્વ એના સ્વરૂપ જ છે. એ કાળ સ્વરૂપ, સમસ્ત શાસ્ત્રમય તથા કલ્યાણ રૂપ છે, સમસ્ત શ્રુતિઓમાં શ્રેષ્ઠ તત્ત્વ પુરુષોત્તમ રૂપથી એનું જ અનુસંધાન કરવું જોઈએ. સમસ્ત ઉપનિષદોનો મુખ્ય અર્થ એ જ છે. એમાં

ઉપનિષદો ગતાર્થ થાય છે. ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્ય એ ત્રણે કાળોમાં થનાર જે જગત છે તથા એ ત્રણે લોકોથી પર જે કોઈ અવિનાશી તત્ત્વ છે, તે સર્વ ડૂંકાર સ્વરૂપ પરબ્રહ્મ પરમાત્મા જ છે એ જાણો. ડૂંકારને જ મોક્ષદાયક સમજો. પ્રણાવના વાચ્યાર્થભૂત પરમાત્મા જ આ આત્મા છે. ‘અયમાત્મા બ્રહ્મ’ (આ આત્મા બ્રહ્મ છે). આ શ્રુતિ દ્વારા બ્રહ્મ શબ્દથી તેનું જ વર્ણન થયું છે. બ્રહ્મની સાથે ડૂંકારના વાચ્યાર્થ રૂપથી એકતા કરીને તે એક માત્ર (અદ્વિતીય) જરારહિત (મૃત્યુ રહિત) અને અમૃત સ્વરૂપ ચિન્મય તત્ત્વ ડૂં છે એ પ્રકારે અનુભવ કરો. આ અનુભવ પછી તે પરમાત્મ સ્વરૂપ ડૂંકારમાં સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ આ ત્રણે શરીરવાળા આ સંપૂર્ણ દૃશ્ય પ્રપંચનો આરોપ કરીને અર્થાત્ એક પરમાત્મા જ સત્ય છે, તેમાંથી આ સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ જગતની કલ્પના થઈ છે. વિવેક દ્વારા એવો અનુભવ કરીને આ નિશ્ચય કરે કે આ જગત ડૂં (સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ પરમાત્મા) જ છે, તથા તન્મય (પરમાત્મમય) હોવાને કરણે આ અવશ્ય તત્ત્વસ્વરૂપ (પરમાત્મરૂપ) જ છે. આ રીતે જગતને ડૂં સમજો. અર્થાત્ એને ‘ડૂં’ના વાચ્યાર્થભૂત પરમાત્મામાં જ વિલીન કરી નાંખો તથા ત્રિવિધ શરીરવાળા પોતાના આત્માને પણ ‘આત્રિવિધ શરીરરૂપ ઉપાધિથી યુક્ત બ્રહ્મ જ છે’, એવી ભાવના કરતા રહી બ્રહ્મ સ્વરૂપ જ નિશ્ચય કરો. આ રીતે આત્મા અને પરબ્રહ્મની એકતાનો દૃઢ નિશ્ચય થઈ જાય એટલે આત્મસ્વરૂપ પરબ્રહ્મનું નિરંતર ચિંતન કરતા રહેવું જોઈએ.

જેની કોઈ આકૃતિ નથી, જેની કોઈ સીમા નથી, તે સર્વસ્વ છે. એટલે શું કહીએ તેને ? એટલે ઉપનિષદ્કાર તેને ઇશ્વર કહીને પણ પોકારતા નથી, તે અને ભાગવત્-કિવાઈન પણ નથી કહેતા, તેઓ તેને માલિક (લોર્ડ) પણ નથી કહેતા. તેઓ તેને કોઈ નામથી નથી બોલાવતા. જ્યારે તેનું કોઈ રૂપ નથી, કોઈ નામ નથી, તો તેઓ તેમને માટે ‘તે’ શબ્દનો ઉપયોગ કરે છે. (તે ત્રીજો પુરુષ સર્વનામ છે.) જે સર્વનામ છે. અને ‘તેનું’ સતત સ્મરણ જ ધ્યાન છે. જો આપ તેનું સતત સ્મરણ કરી શકો તો પછી આપ ધ્યાનમાં છો.

જ્યારે આપ કોઈ વસ્તુઓની સાથે સંપર્કમાં હો, તેને યાદ રાખો, જ્યારે આપ લોકોની સાથે હો તેનું સ્મરણ રાખો, જ્યાં પણ આપ હો ‘તેને’ સદૈવ સ્મરણમાં રાખો. આપણે ક્યારેય સીમિતને સીમિત તરીકે નથી જોતા. સદૈવ ઊંડાણમાં દેખો અને તે અસીમનો અનુભવ કરો. આકૃતિને આકૃતિની માફક ન જુઓ સદૈવ આકૃતિ પાછળ જે આકૃતિહીન છે તેને જુઓ. ક્યારેક પણ વસ્તુને વસ્તુની માફક ન જુઓ, ઊંડાણમાં જઈ તેનો અનુભવ કરો અને ‘તે’ (ત્રીજા પુરુષ) સર્વનામ પ્રગટ થઈ જશે, ક્યારે પણ કોઈ વ્યક્તિને તેના વ્યક્તિત્વમાં કેદ ન જુઓ. તેની અંદર ગહનમાં પ્રવેશ કરી જાવ અને તેનો અનુભવ કરો કે જે પાર ચાલી જાય છે, તે જે અંદર છે તેની પણ પાર ચાલી જાય છે. તેનું સતત સ્મરણ ધ્યાન છે. કોઈ વિધિ, કોઈ પદ્ધતિ, કોઈ રીત નથી, બસ કેવળ સતત સ્મરણ. પરંતુ બહુ જ કઠણ છે. જરા આપ પોતાના શ્વાસને ગણવા શરૂ કરો, અને યાદ રાખો કે લગાતાર સ્મરણ કે આપ કેટલા શ્વાસ ગણી શકો છો, શ્વાસની ક્રિયાને, આવતા જતા શ્વાસને ખ્યાલમાં રાખો અને ગણો, આપ ત્રણ યા ચાર વખત ગણી શકશો

અને પછી ચુકી જશો. કંઈ વચમાં આવી ગયું અને આપ ભૂલી ગયા અને ત્યારે આપને યાદ આવે છે કે ઓહ હું તો શ્વાસની ગણતરી કરી રહ્યો હતો અને મેં ગણની ગણતરી કરી ચુકી ગયો. સતત સ્મરણ સૌથી કઠણ વાત છે.

એક જીવીભેન નામની સ્ત્રી ધાન (ડાંગર) ખાંડવાનું - છડવાનું કામ ખૂબ જ કાળજીથી કરી રહી છે. એની ઘરાકી પણ સારી છે. તેની ખાંડવાની ક્રિયા ચાલુ છે. ખાંડતા - છડતાં વચમાં જરૂર પડે તો પાણી પી લે છે. ચાલુ કામે બાળકને સ્તનપાન પણ કરાવે છે અને કોઈક સાથે જરૂરી વાત કરી તેનો જવાબ પણ આપે છે. કોઈક ઘરાક આવી જાય તેની સાથે ઉખળમાં સાંબેલું (મુસળ) ઠોકતાં ઠોકતાં ભાવતાલ પણ કરી આપે છે. આ બધું કરવા છતાં હાથ વડે ધાન સરખું કરતી જાય, વાત થતી જાય પરંતુ તેના હાથ પર સાંબેલા (મુસળ) નો ફટકો લાગી ન જાય તેની પણ એટલી જ સાવધાની તે રાખે છે. આનું નામ સતત ધ્યાન કહેવાય, સતત સ્મરણ કહેવાય !

એટલે જ્યારે ઉપનિષદ્ કહે છે :- ‘તેનું સતત સ્મરણ’ તો એનો અર્થ એ છે કે જો આપ લગાતાર, સતત તેનું સ્મરણ કરી શકો તો પ્રત્યેક વસ્તુમાં, પ્રત્યેક ઘટનામાં, જે કંઈ પણ છે તેમાં તેજ છે, અંદર અને બહાર, જો હર ચીજ તેની જ સ્મૃતિને માટે સંકેત બની જાય તો ચેતનાનો વિસ્ફોટ થશે. નિદ્રા ત્યારે નહિ હોય, આમ સજગ અને જાગરૂક થઈ જશો. તે જાગરૂકતા, તે સજગતા જ ધ્યાન છે.

આ સમગ્ર ઉપનિષદ્ આ એક વાતથી સંબંધિત છે-કે કેવી રીતે આપની જિંદગીને જ એક પૂજા બનાવી દે. આ ઉપનિષદ્ પૂર્ણરૂપથી સર્વ ક્રિયાકાંડના વિરોધમાં છે. કોઈ ક્રિયાની આવશ્યકતા નથી. કેવળ એક અલગ સ્ત્ર, એક સ્મરણ તેનું, ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પણ ગીતામાં પોતાને માટે એ જ વાત કહે છે :- ‘ન મે કિંચિદ્ કર્તવ્યમ્’ મારું કોઈ કર્તવ્ય નથી. આપે યાદ નથી કરવાનું કે :- “ચાલો સારુ, આ પત્થર જ ‘તે’ છે” ને આપ આ રીતે યાદ કરવા લાગશો કે તે પત્થર અને ‘તે’ જ્યારે ઉપનિષદ્ કહે છે :- સતત સ્મરણ ‘તેનું’ તો તેનો અર્થ છે કે પત્થર હઠી જવો જોઈએ. કેવળ તે જ છે. તે ગહન અનુભવ છે. એક સતત અનુભવ.

અનુભવ કરવાનો આરંભ કરો કોઈપણ વસ્તુના સ્પર્શ વિના ‘તેનો’ અનુભવ કરો. તેનો અનુભવ કર્યા વગર કોઈને પણ પ્રેમ ન કરો. હાલપું પણ નહિ, અહીં સુધી કે શ્વાસ પણ ન લો વિના ‘તેનો’ અનુભવ કર્યો. એવું નથી કે પ્રત્યેક ચીજ પર તેને આરોપિત કરવું. તમારે તો ‘તેને’ પ્રત્યેક ચીજમાં આરોપિત કરવાની છે. આપ આરોપિત કરો શકો છો તે એક તરકીબ થશે. આપે શોધવાનું છે એક ફૂલને જોઈને આપ આરોપિત કરી શકો છો અને કહી શકો છો તે ફૂલ ગુલાબનું છે અથવા ચમેલીનું.

નહિ આરોપણ ન કરો, નામ ન આપો, રંગ રૂપનો વિચાર ન કરો. બસ, કેવળ ફૂલની પાસે ચુપ થઈ જાવ, તેના તરફ જુઓ, મુગ્ધ બની જાવ. સહાનુભૂતિના ઊંડાણમાં ખોવાઈ જાવ, તેની સાથે પ્રગાઢપણે જોડાઈ જાવ. પોતાને ભૂલી જાવ, માત્ર નિષ્ક્રિય સજાગતામાં એક ફૂલ ખીલી ઉઠશે. તેમાં તેનો ‘તે’ પ્રગટ થઈ જશે. એટલે ‘તેને’ ખોજતા આગળ નીકળી જાવ. આ તાત્પર્ય છે સતત સ્મરણનું અને આ સતત સ્મરણ જ ધ્યાન છે ‘તેનું’ તે પરમનું.

દ્વિતીય સૂત્ર

“ સર્વ કર્મ નિરાકરણ આવાહનમ્ ૧ ”

સર્વ કર્મોનાં કારણની સમાપ્તિ જ આવાહન છે.

સર્વ કર્મોનાં કારણની સમાપ્તિ જ આવાહન છે. એનો અર્થ થાય છે કે ચાહના (ઇચ્છા) રહિત થઈ જવું. કોઈપણ કર્મનું કારણ શું હોય છે ? આપ આટલા કર્મોમાં શા માટે પડ્યા ? શા માટે આ લગાતાર દોડાદોડી ? શું છે કારણ ? કારણ છે કંઈ પ્રાપ્તિની લાલસા. એટલે બહુ જ કાવ્યાત્મક ઢંગથી ઉપનિષદ્ કર્મકાંડનો નિષેધ કરે છે, પરંતુ તેના આત્માનો નહિ. વાસ્તવમાં જ્યારે કોઈવાર આપ ‘ના’ કહેવા ઇચ્છો છો તો આપને કોઈ તર્કની આવશ્યકતા પડે છે, તે આપ હા કહેવા ઇચ્છો તો કોઈ આવશ્યકતા હોતી નથી. આપ કોઈપણ કારણ વગર ‘હા’ કહી શકો છો. પરંતુ આપ તર્ક વિના દલીલ નથી કરી શકતા, ના નથી પાડી શકતા. જેવા આપ ના કહો છો તેની પાછળના કારણો, આધારભૂત સબળ પૂરવાની સંદેશ જરૂર પડે છે, એટલે ના તર્ક પૂર્ણ છે.

‘હા’ માં એક મોટું જાદુઈ રહસ્ય છૂપાયેલું છે સફળતાનું. શક્ય છે કે તે બુદ્ધિને પ્રભાવિત નહિ કરી શકે. તે હૃદયને પ્રભાવિત કરી શકે છે અને આખરે હૃદયની જીત થાય છે, બુદ્ધિની ક્યારેય નહિ. વાસ્તવમાં બુદ્ધિ ક્યારેય જીતતી નથી. અંતતઃ આપ કોઈને તર્કથી ચુપ કરી શકો છો, પરંતુ આપ તેને બદલી નથી શકતા. આપ તેનું પરિવર્તન ક્યારે નથી કરી શકતા.

ઉપનિષદ્ વિદ્યાત્મક ‘હા’ પર આધારિત છે. તે ‘હા’ કહેનારા છે. અહીં સુધી કે તેઓએ ‘ના’ પણ કહેવું હોય તો તે એવા ઢંગથી કહેશે કે ‘હા’ નો ઉપયોગ થઈ શકે. વાસ્તવમાં આ ઉપનિષદ્નું કથન છે કોઈ આવાહન નથી પરંતુ ‘ના’ નો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો નથી. તેઓ તેને ‘હા’ માં બદલી નાખે છે. તેઓ કહે છે :- “સર્વ કર્મ નિરાકરણ આવાહનમ્ ૧” સર્વ કર્મોના કારણની સમાપ્તિ જ આવાહન છે. વેદો અને પંડિતો કહે છે કે દેવતા ગણ છે અને તેઓનું આવાહન સંભવ છે. તે આવાહનને જરા પણ સંબંધિત નથી, આ તેઓથી જરા પણ જોડાયેલ નથી. આ સંતોની વિદ્રોહી શિક્ષાથી સંબંધિત એક નવો અર્થ આપે છે અને કર્મકાંડ, અકર્મકાંડ બની જાય છે. ‘ખરેખર, આવાહન સંભવ છે, પરંતુ આવાહનનું તાત્પર્ય થાય છે સર્વ કર્મોના’ કારણનું સમાપ્ત થઈ જવું.

અમારાં કર્મો પૂર્ણ નથી હોતા, કારણ કે અમારાં બધા કર્મ પાગલના જેવાં છે. જો ત્યાં કોઈ ક્ષિતિજ નથી તો પછી આપની બધી દોડ પાગલ જેવી છે. એટલે ઇચ્છા જ તમામ કર્મોનું કારણ છે, તમામ દુઃખનું, તમામ અશુદ્ધતાનું અને તમામ અજ્ઞાનનું.

“લાલસા રહિત થઈ જવું જ આત્મિક શુદ્ધતાની સ્થિતિ છે” અને જ્યાં સુધી આપ શુદ્ધ નથી થઈ જતા આપ પ્રભુને કેવી રીતે નિમંત્રિત કરી શકો છો ? ખરેખર,

શુદ્ધ થવું જ નિમંત્રણ છે. જે ક્ષણે આપ શુદ્ધ થઈ જાય છે, જે ક્ષણે પણ હૃદય પવિત્ર થઈ જાય છે, પરમાત્માનું આગમન થઈ જાય છે, માત્ર શુદ્ધ થવું જ નિમંત્રણ છે. એટલા માટે તેને પોકારો નહિ, પરમાત્મા માટે ચિલ્લાઓ નહિ, બસ કેવળ પવિત્ર બની જાય અને તે આવી જાય. ‘पूर्णस्य आवाहनम् कृतः’ આ વાતનું અર્હી સમર્થન મળે છે.

આપણે જગતમાં ત્રણ આચામોમાં રહીએ છીએ. પ્રથમ આચામ છે :- હું તે, વસ્તુઓની આ સંસારમાં હું અને મારું ઘર, અને ઘરમાં મારું ફર્નીચર (રાયરચીલું), હું અને મારું ધન, આ એકમાં તેનો ઘરાવ છે. એક વસ્તુઓનું જગત મને ઘેરી વળ્યું છે.

પછી એક બીજો આચામ છે :- હું - તું, હું અને મારી પ્રેયસી, હું અને મારો મિત્ર, હું અને મારું કુટુંબ, એક વ્યક્તિઓનું જગત આ બીજો ઘરાવ છે.

ત્યાર બાદ એક ત્રીજો આચામ છે :- હું - તે, હું અને વિશ્વ ઉપનિષદ્ કહે છે, “ध्यान तेनું सतत स्मरता છે.” ન તો વસ્તુનું, નથી તારું, તે કોઈ વ્યક્તિ નથી, તે તો તે છે, પરંતુ આપણે તેને તે કેમ કહીએ છીએ ? જ્યારે ક્યારે આપણે તે કહીએ છીએ, તેનો અર્થ થાય છે, તે કંઈ કે જે અતિક્રમણ કરે છે, તે જો કે પાર છે, તે કંઈક જે ત્યાં નથી. જ્યાં આપણે છીએ. ન તો અમારી વસ્તુઓના સંબંધોમાં છે અને ન અમારી વ્યક્તિઓની સાથે સંબંધોમાં છે. તે જેનું કોઈ નામ નથી, કારણ કે જો તેને આપ કોઈપણ નામ આપો છો જેમ કે પરમેશ્વર, ગોડ, પરમાત્મા, પ્રભુ, બ્રહ્મ, અલ્લાહ તો આપ તેને બીજા આચામમાં લઈ જાય છે. જો આપ કદેશો કે કોઈ ઈશ્વર નથી તો પછી આપે એક જ આચામમાં રહેવું પડે છે. હું વસ્તુ ‘તે’ વસ્તુ નથી, આસ્તિક આ વાતથી રાજી છે, કે ‘તે’ કોઈ વસ્તુ નથી, પરંતુ તે એક કહે છે કે તે વ્યક્તિ છે, પણ અવ્યક્ત છે.

ઉપનિષદ્ તેને એક વ્યક્તિની માફક પોકારવા (બોલાવવા આવાહન કરવા) રાજી નથી, કારણ કે, એક વ્યક્તિની માફક તેને બતાવવું, તેને સાબિત કરવું છે. એક વ્યક્તિની માફક તેને માનવું. તેને સીમાઓમાં બાંધવું છે. તેઓ કેવળ ‘તેનો-તે’ શબ્દનો ઉપયોગ કરે છે. તેઓ કહે છે આટલું પર્યાપ્ત છે.

સંત કબીરજી કહે છે :-

“भस्त्रुट चढकर मुल्ला पुकारे, क्यूं साहब तेरा बहेरा है,
चींटी के पांव में घुंघरुं बाजे, वही तो साहब सुनना है.”

કોઈપણ કર્મને માટે કર્મ નથી કરતું, એટલે કર્મ વર્તમાનમાં છે અને પરિણામ સંદેવ ભવિષ્યમાં છે. તે સર્વ પરિણામ પર નિર્ભર છે. કર્મ પોતે જ સ્વયંમાં એક ભારરૂપ છે, જેને વહન કરવાનો છે, કારણ કે અંતમાં તેનાથી કંઈક પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છા છે. જો આપ વિના કર્મ અંતને ઉપલબ્ધ કરી શકો તો પછી આપ ક્યારે પણ કોઈ કામ કરશો નહિ. વાસ્તવમાં ઈચ્છા સંદેવ જ આપની આગળ રહે છે. જ્યાં કોઈપણ સ્થળે આપ હશો, ઈચ્છા તમારી પહેલા ત્યાં હાજર હશે અને તમારી ઈચ્છાનું મિલન શક્ય બની શકે. ઈચ્છાનું કેન્દ્ર સંદેવ ભવિષ્યમાં હોય છે, વર્તમાનમાં ક્યારેય નહિ. આપ સદા વર્તમાનમાં જ હોવ છો અને ઈચ્છા સંદેવ ભવિષ્યમાં હોય છે. જ્યાં ક્યારે પણ આપ હોવ છો તો

આપ વર્તમાનમાં હોવ છો અને ઇચ્છા ભવિષ્યમાં હોય છે. તે બસ ક્ષિતિજની માફક હોય છે. આપ જુઓ છો કે બસ કેટલાક માઈલ ઉપર દૂર આકાશ પૃથ્વીને મળે છે, અને એટલું જ વાસ્તવિક છે. પરંતુ આપ આગળ વધો, અને જઈને જુઓ તે જગ્યાએ જ્યાં આકાશ જમીનને સ્પર્શે છે, અને આપ જેટલા આગળ જાવ છો, ક્ષિતિજ પણ તેટલી જ આગળ વધતી જાય છે. અંતર સંદેવ તેટલું જ રહે છે. ઇચ્છા પણ ક્ષિતિજની માફક જ છે.

શું ક્યારે કોઈ ઇચ્છા પૂરી થઈ ? બીજાઓને ન પૂછો, સ્વયં પોતાને પૂછો. શું ક્યારે પણ તમારી લાલસા પૂરી થઈ ? પરંતુ આપણે એટલું પણ વિચારવા થોભી નથી શકતા. અમારી પાસે સમય જ નથી. અતીતના વિષયમાં વિચારવાને માટે, ભવિષ્યના ખ્યાલોમાં અમે એવી રીતે જોવાયેલા છીએ. અમે ક્ષિતિજ પર પહોંચવા માટે એટલા ઉતાવળા છીએ કે કોણ વિચારે કે અમે કેટલી એ વાર આ ક્ષિતિજને ચુકી ચુક્યા છીએ. ઉતાવળ એટલી છે અને જીવન એટલું ટુંકું છે અને દોડવાનું છે, દોડતા રહેવાનું છે, શું તમે ક્યારે પણ કંઈપણ કોઈ ઇચ્છાથી મેળવ્યું છે ચા સંદેવ નિરાશા જ હાથ લાગે છે ? હાથમાં છેવટે રાખ જ બચે છે. બીજું કંઈપણ નહીં.

કારણની સમાપ્તિ, ઇચ્છાની સમાપ્તિ જ આવાહન છે, જો આપ ઇચ્છા કરવાનું બંધ કરી દો, ત્યારે કોઈ દોડ નહિ હશે. કોઈ ચીજની પાછળ દોડ નહિ, અંદર કોઈ ગતિ નહિ, કોઈ લહેર નહિ. માત્ર એક શાંત, ચેતનાનું સરોવર એક લહર વિનાની શાંતિ નિષ્કંપ જળાશય, ઉપનિષદ્ કહે છે એવી ચેતનાની સ્થિતિ જ આવાહન છે. પરંતુ શું એનું તાત્પર્ય એ છે કે જ્યારે ઇચ્છા ઉઠવાનું બંધ થઈ જાય છે તો શું તમામ કામ પણ અટકી જાય છે ? અમે કૃષ્ણને ચાલતા અને ઘણાં કાર્યો કરતા જોયા છે. અમે બુદ્ધ અને મહાવીરને ઘણું બધું કરતા જોયા છે. જ્ઞાનની ઉપલબ્ધિ પછી પણ, શ્રીમદ્ શંકરાચાર્ય કે અન્ય મહાપુરુષો બેસી રહ્યા નથી. જ્ઞાન પ્રાપ્તિ પછી, તો પછી શું આશય છે. સર્વ કર્મની સમાપ્તિનો ? એનું તાત્પર્ય છે સર્વ કર્મોની સમાપ્તિ નથી. એનો આશય છે કારણનો અભાવ થઈ જવો. ઇચ્છા લુપ્ત થઈ જાય છે અને જ્યારે ઇચ્છા લુપ્ત થઈ જાય છે જ્યારે ઇચ્છા નથી હોતી તો કર્મ એક બિલકુલ ભિન્ન ગુણને પ્રાપ્ત કરે છે, તે બંધનરૂપ (અવરોધક) નથી બનતાં.

વસ્તુતઃ કોઈ ઘટના મનુષ્ય એ પરમાત્માને ખોજવાની નથી, ઉલટમાં પરમાત્મા એ મનુષ્યને ખોજવાની છે. પરંતુ આપ છૂપાયેલા છો, એટલે તે આપને શોધી નથી શકતા. જ્યારે ક્યારે તે આવે છે આપ બચી જાવ છો. આપ અહંકારમાં બંધ છો, ક્યારે પણ ખુલ્યા નથી. તે દ્વારા ખખડાવતો રહે છે, અને આપના દ્વાર બંધ જ રહ્યા છે. એટલે જ્યારે આ ઓમ (ઓમ) આવે છે, જ્યારે એ આપની પાસે આવી રહ્યો હોય છે, આપ બસ ભરાઈ જાવ છો. આપ બસ તેમાં નાહી લો છો અને સ્ત્રોતની ખબર પડતી નથી. તેનો કોઈ સ્ત્રોત નથી. એટલે રહસ્યવાદીઓએ સંદેવ જ કહ્યું છે, કે પરમાત્માનો કોઈ ઉદ્ગમ નથી. કેન્દ્રને આપ કેવી રીતે શોધી શકવાના છો ? કેન્દ્ર આપના સુધી આવશે. સાધક પરમાત્માની તરફ જઈ રહ્યો છે. વાસ્તવિક સંબંધ જ ભિન્ન છે. પરમાત્મા જ સાધકની તરફ આવી રહ્યા છે. જ્યારે આપ તૈયાર થાવ છો, તે આપે છે. જ્યારે આપ ખુલ્લા થાવ છો, તો તે અતિથિ બને છે. જ્યારે આપનું નિમંત્રણ યોગ્ય અને સમગ્ર હોય છે તો તે ત્યાં જ હોય છે. તે સંદેવ આવતો રહે છે, જતો નથી.

॥ ॐ શ્રી પરમાત્મને નમઃ ॥

તૃતીય સૂત્ર

“ નિષ્ચલ જ્ઞાનં આસનમ્ ૧ ”

નિશ્ચલ જ્ઞાન જ આસન છે.

જ્ઞાન એટલે ચિત્શક્તિ અને ક્રિયા અથવા મન સ્પંદ શક્તિ છે. ચિત્શક્તિ અને સ્પંદ શક્તિનો સંબંધ કલ્પિત છે. જો સંકલ્પ ન ઉઠાવો તો મન ક્યાં છે ? જે કાળે વસ્તુને ઇન્દ્રિય પ્રકાશ કરે છે. બીજું કાંઈ વિશેષ થતું નથી, પણ પૂર્વ કે ઉત્તર ક્ષણમાં ઉઠે છે. પૂર્વ ક્ષણમાં ચિંતન થાય છે, ઉત્તર ક્ષણમાં સંકલ્પ ઉપર સંકલ્પ થાય છે. કર્મેન્દ્રિય પણ વગર સંકલ્પે ક્રિયા કરતી નથી, ક્રિયા થતી જણાય છે તે પણ મન વડે છે, ગયેયો સહજ રીતે તાન મારે છે, તેમાં કોઈ ભય નથી. રાગ-દ્વેષમાં ભય છે, સંસાર ભય કરનારો નથી. સંસાર તો સુખ-દુઃખ આપતો નથી, મન રાગ દ્વેષ કરી સુખ-દુઃખ વહોરી લે છે. પ્રાણ મૂળ ગતિ શક્તિ છે. વાયુ સ્પર્શવાન હોઈ સ્થૂળ છે. એ શક્તિ લોહચુંબક - સોય ન્યાયથી કંપાયમાન થાય છે.

ચિત્ત સત્તાએ ચેતે છે. તે પ્રાણશક્તિ, સ્થિરતામાં ગતિ થવા એ ચેતવું કહેવાય છે. ચેતાવડું એટલે પરમાર્થ તરફ લગાવડું. મનને ચેતાવે, મંડળ કરી આત્મજ્ઞાનની ચર્ચા કરે તો સ્વરૂપ સમજાય. જ્ઞાન સ્વરૂપ આગળ ચિત્ શક્તિ ચેતે તેથી સંસાર ભાસે છે. પરિચિન્ન થાય તો દુઃખરૂપ બને. બાળક જેમ પોતાનો ઓળો જોઈ બીએ છે તેમ આપણો સંકલ્પનો ઓળો સંસાર છે. ચૈતન્ય સત્તા અખંડ છે, મંડળાકાર છે, જે આદિ-મધ્ય-અંત જેના ઉપર ભાસે છે, અને જે કાળ, સ્થળ અને કાર્ય કારણભાવથી આદિ-મધ્ય-અંત જાણી શકાય છે, પણ જે સર્વકાળે સર્વ સ્થળે છે, છે છે ને છે અને કાર્યકારણ ભાવરહિત છે. તે અખંડ મંડળાકાર ચેતન સત્તા છે, કોઈ અન્ય વસ્તુ નથી. તેથી તેવું મુખ્ય અખંડપણું એ પણ બીજાની અપેક્ષાએ કહેવાનું છે. એવો કાળ, દેશ કે વસ્તુ નથી, કે જેમાં પોતે સ્વરૂપે ન હોય, તેને છોડીને પણ પોતે છે નિદ્રામાં કાળ, દેશ, વસ્તુ કંઈ નથી, તેથી તેવું મુખ્ય અખંડપણું છે, કેમ કે અખંડપણું એ પણ બીજાની અપેક્ષાએ કહેવાનું છે, છતાં પોતે છે. પરસ્પર કાળમાં ભેદ છે, વર્તમાનકાળ ભૂતકાળમાં નથી, ભૂતકાળ, વર્તમાન કે ભવિષ્યકાળમાં નથી, પણ આત્મા અખંડ છે. આવા અખંડ મંડળાકાર આત્માનો સંબંધકોની સાથે બની શકે ?

શક્તિનું કોઈ સ્વરૂપ હોતું નથી. શક્તિ કાર્ય દ્વારા ઓળખાય છે. કોઈનામાં ઊંચકાવવાની શક્તિ હોય, અથવા જોવાની શક્તિ હોય તો તે શક્તિ દેખાતી નથી, પણ તેટલો બોજો ઊંચકી દેખાડે અથવા વસ્તુ તેને દેખાય ત્યારે તેની શક્તિ માલમ પડે છે. શક્તિ, ઇન્દ્રિય અથવા મનનો વિષય થઈ શક્તી નથી. શક્તિ અને સત્તા, પ્રકૃતિ અને પુરુષ, માયા અને બ્રહ્મ એક જ છે. શક્તિ અલૌકિક છે, પણ તેને આશ્રય જોઈએ અને આશ્રય શક્તિ વગરના હોય તો તે નિરર્થક છે. સ્થૂળ શરીર અને સૂક્ષ્મ શરીર જેના વિષે અભાવને પામે અને જેમાંથી નીકળે તે કારણ શરીર છે અને તે દેખાય નહિ, કેમ કે તેને જોનારું મન તો તેમાં લય પામેલું છે.

જે મન જ્ઞાનશક્તિ તથા ક્રિયા શક્તિ રહિત હોય તે સૂક્ષ્મ શરીર કહેવાય. સર્વ તત્ત્વ મનથી ચાલે છે તેથી મનનું પ્રાધાન્ય છે. મનને સૂક્ષ્મ શરીર કહીએ તો ચાલે. મન અને પ્રાણ જુદા પડતા નથી, પ્રાણથી મનને જુદું શોધીએ તો જડતું નથી. ઉપનિષદ્માં એ વાત વર્ણવેલી છે. અંતઃકારણ જ્ઞાનાત્મક હોય ત્યારે મન કહેવાય છે અને ક્રિયાત્મક હોય ત્યારે પ્રાણ કહેવાય છે. જગતમાં સઘળું ચક્રાકાર છે. કાર્ય કારણતાનો ત્યાં નિયમનથી તે પહેલું કોણ તે કરી શકાતું નથી. જો કે મનની ઇચ્છા વગર પ્રાણ ચાલે નહીં. સઘળી એક આદિ સંકલ્પની આજ્ઞા છે.

કારણ શરીરરૂપી અજ્ઞાન મનનો વિષય નથી. અજ્ઞાન વિષયને છોડીને રહે નહિ, જ્ઞાન નિર્વિષય સ્થિતિમાં રહે. અજ્ઞાને વર્તમાનકાળ નથી, જે ઇન્દ્રિય અને મનથી જણાય તે વર્તમાનકાળ, ભૂતકાળમાં જે અજ્ઞાન છે તે અનાદિ છે પણ દેખાતું નથી. અનાદિ છે પણ શાંત છે એટલે અંતવાળું છે. માયા અંતવાળી છે. જ્ઞાન થયા પછી અજ્ઞાન મૃત જોવામાં આવે છે. અજ્ઞાન જીવતું જોવામાં આવતું નથી અને અજ્ઞાન મરે ત્યારે કહીએ છીએ કે હતું, પણ પ્રત્યક્ષ જ્ઞાનનો અભાવ હોય છતાં પરોક્ષ જ્ઞાન હોય તો તે અજ્ઞાન નથી, તે વૃત્તિ જ્ઞાનનો વાંધો છે.

જ્ઞાનનો અભાવ એ કંઈ અજ્ઞાન નથી, કેમ કે સામાન્ય જ્ઞાનનો અભાવ સંભવતો નથી, તે તો સદા વ્યાપી રહેલું છે, તેમ ન હોય તો અંધારું કેવી રીતે દેખાય ? કંઈ નહિ તો અંધારાને જોવાને નેત્ર તો જોઈએ અથવા મનનો પ્રકાશ તો જોઈએ. વસ્તુના અસ્તિત્વનો અભાવ એનું નામ અજ્ઞાન છે. સામાન્ય જ્ઞાન કંઈ બજારમાંથી લાવવાનું નથી, તે તો સ્વભાવે જ પ્રકાશે છે, કંઈક છે એમ જે સમજાય તે સામાન્ય જ્ઞાન છે. દોરી જણાતી નથી એ અજ્ઞાન છે, સર્પ જણાય છે અન્યથા જ્ઞાન છે. આત્મ જ્યોતિ એવી છે કે, તે ઘરના દીવાની માફક બાળીને બારીને તથા બારી આગળ મૂકેલા પદાર્થને તથા ઘરના પલંગાદિ તથા પોતાના ગ્લાસને તથા તેમાંના તેલને સર્વને પ્રકાશે છે. એ આત્મ જ્યોતિ કોઈના આધારે નથી. એ આપણું પોતાનું સ્વરૂપ જ છે. ‘મારું જ્ઞાન’ એ પ્રમાણે કહેવું એ વાક્ય વિરોધી છે, કારણ કે પોતે જ્ઞાન સ્વરૂપ છે.

જાણવું એ જ પરમાત્મા સ્વરૂપ છે. તે ક્યાં છૂપે ? છૂપાવાની જગ્યા ક્યાં છે ? ઢાંકણ ક્યાંથી લાવવું ? જ્ઞાનરૂપી આરસો જે છે તેને માટે શબ્દ છે ‘જ્ઞાનાદર્શ’. આ જ્ઞાનાદર્શ (જ્ઞાનરૂપી આરસા) સિવાય દેખાય છે, તે કંઈ જ નથી. તે જ્ઞાનરૂપી દર્શન આપણું આત્મ સ્વરૂપ છે, તે છતાં જગતમાં વહ્યો જાય તે પ્રમાદ છે. દૃશ્ય, ચિત્ત કલનાનું નિમિત્ત થાય છે. જ્ઞાનમાં જે ન ભાસે તેને જ્ઞાન ગ્રહણ કરે નહિ. સ્વપ્નમાં બહારના પદાર્થ નથી પણ જાગ્રતના સંસ્કાર હોવાથી પરંપરાએ બહારના પદાર્થ છે, અને એવા અનુભવમાં જ બ્રહ્મપણું છે તેથી બ્રહ્મ સનાતન છે, હું બ્રહ્મ છું એ કલ્પના દૃશ્યની કલ્પનાને લીધે કરવી પડે છે. જાગ્રતમાં દેખાય છે તે દૃશ્ય છે. આંખ મીચીને ચિત્તથી જણાય છે તે ચૈત્ય છે અને તે વેળા અંદરના સંસ્કાર ભાસે છે. ઈશ્વરને તમે અનુભવથી ઊભો કર્યો છે. તમે મર્યાદિત છો તો આજુબાજુ વિસ્તાર છે તે ઈશ્વર છે. બિંદુ ઉપર નજર છે ત્યાં સુધી ધ્યાન વર્તુળો છે જ. તમે નાના છો તો ઈશ્વર કોઈ મોટો છે જ. તમે અલ્પજ્ઞ

છો તો ઈશ્વર કોઈ સર્વજ્ઞ છે જ. તમે અત્પ શક્તિવાળા છો તો તમારાથી વધારે શક્તિવાળો જે સર્વ શક્તિમાન છે તે ઈશ્વર છે જ. માટે જીવ છે ત્યાં ઈશ્વર છે જ. તેથી જીવ-ઈશ્વરનો અભાવ કરી બ્રહ્મ જાણો. કલ્પના રહે ત્યાં લગી બ્રહ્મ કેમ જણાય ? ચિત્કણાની ખૂબી એવી છે કે શેષનાગ કે સરસ્વતી પણ વર્ણન કરી શકે નહિ. ભાવના વધારી વધે છે, તમારો અભાવ માનો તેટલી ભાવરૂપતા બહાર ઈશ્વર વિષે છે. જીવ અને ઈશ્વર એકબીજાના સહાયક છે.

દશ્ય બહારના પદાર્થ છે, ચૈત્ય સંસ્કારના છે. માટે નથી ચિત્ત, નથી દશ્ય કે નથી ચિત્તકળા. મનના ભેદે સ્વરૂપમાં ભેદ ભાસે છે. નિદ્રામાં જગતનો અભાવ છે, દેહનો તથા ઈન્દ્રિયનો અભાવ છે, પ્રાણ છે પણ સ્પદષ્ટિમાં નિદ્રા સમયે પ્રાણનો પણ અભાવ છે, મનનો પણ અભાવ છે, એ સર્વ અભાવને અંતે જે સત્ વસ્તુ છે, હતી અને રહેશે તે જ બ્રહ્મરૂપીને બધા જોયા કરે છે. સત્માં સઘળું ભાસે છે, એ જાગેથી ખાતરી થાય છે. બ્રહ્મ સ્વરૂપમાં ઉઠ્યા છે. ભાસ વર્તમાનકાળમાં બધું ખરું ભાસે છે પણ છે નહિ. જેમ સ્વપ્નમાં છે તેમ જાગ્રતના જગતમાં જાણવું. ઊલટું માનવાથી શો લાભ છે ? સ્વપ્નનું સ્મરણ કેમ નથી થતું ? કોઈને કદી થાય પણ છે. તે સ્વપ્નમાં પકડી કાઢે છે કે આ તો સ્વપ્ન છે અને હું તો જાગ્રતમાં રહેવાવાળો જીવ છું. પરંતુ સ્વપ્નમાં મનનો અભાવ હોવાથી મન હાજર થાય નહિ ત્યાં સુધી તો જાગ્રતનું સ્મરણ અસંભવિત છે. તેથી ઉપર પ્રમાણે નહિ ત્યાં સુધી જાગ્રતનું સ્મરણ અસંભવિત છે. તેથી ઉપર પ્રમાણે આ સ્વપ્ન છે એમ પકડી કાઢનાર તરત જાગી ઉઠે છે અને તે વેળા તે સ્વપ્નની સ્થિતિ ટકતી નથી. યોગવાશિષ્ઠમાં કહ્યું છે કે :-

તરવોઢપિ હિ જીવન્તિ જીવન્તિ મૃગપક્ષિણઃ ।

સ જીવતિ મનો યસ્ય મનનેન ન જીવતિ ॥

મારોઢવિવેકિનઃ શાસ્ત્રં મારો જ્ઞાનં ચ રાગિણઃ ।

અશાન્તસ્ય મનો મારો મારોઢનાત્મવિદો વપુઃ ॥

વૃક્ષો પણ જીવે છે, મૃગ-પક્ષી આદિ પણ જીવે છે, પણ ખરેખર તે જ જીવે છે કે જેનું મન મનનથી જીવતું નથી. અવિવેકીને શાસ્ત્ર ભારરૂપ છે, રાગવાળાને જ્ઞાન ભારરૂપ છે, અશાંતને મન ભારરૂપ છે, અનાત્મજ્ઞ (જેણે આત્મ તત્ત્વ જાણ્યું નથી તેને) ને શરીર ભારરૂપ છે. આ છે ‘જ્ઞાન રહસ્યમ્’.

હવે ‘નિશ્ચલ જ્ઞાન જ આસન’ છે. એ સમજવા માટે આગળ વધીએ.

યોગમાં આસન ૮૪ પ્રકાર છે તેવી જ રીતે ભોગના આસનો કામશાસ્ત્રમાં ૮૪ છે. શરીરના આસન બહુ જ મહત્વપૂર્ણ બની ગયાં છે. કારણ કે આપણે શરીર કેન્દ્રિત છીએ. અહીં સુધી કે જેઓ કહે છે કે આપણે શરીર નથી તેઓ પણ શરીરની ભાષામાં વિચારે છે. જેઓ કહે છે કે અમે શરીર નથી તેમનું ચિંતવન, તેમનું મન શરીરથી જ બંધાયેલ છે, કારણ કે તેઓ પણ શરીરના આસનથી જ આરંભ કરે છે. આસનનો અર્થ થાય છે કે આપ પોતાના શરીરને એવી સ્થિતિમાં રાખો કે શરીર અડગતા, સ્થિરતા ધારણ કરે. એવું માનવમાં આવે છે કે જો શરીર સ્થિર થઈ જાય તો મન પણ સ્થિરતામાં પ્રવેશ કરી શકે છે.

પાતાંજલ યોગસૂત્રમાં સૂત્ર છે :- ‘સ્થિરં સુખમાસન્’ એનો અર્થ સ્પષ્ટ છે જેમાં સ્થિરતા પૂર્વક બેસી શકાય કોઈ કષ્ટ ન થાય અને સુખ અનુભવાય, તેવી સ્થિરતાની પરિસ્થિતિ તે આસન છે. સૂત્ર કહે છે કે આ સાચું નથી, કિંતુ એનું વિપરીત સત્ય છે, ધ્યાનના અભ્યાસ માટે એક સ્થિર આસનની જરૂર છે, પરંતુ આસનથી મારો અર્થ શું છે ? આસન શબ્દથી અમારો અર્થ છે :- “એક નિશ્ચલ જાણવું, જ્ઞાન”. જો મન ડામાડોળ નથી, તો પછી આપ ખરા આસનમાં છો. ખરાં આસનમાં બધું જ ઘટિત થઈ શકે છે, એટલે સ્વયં પોતાને છેતરો નહિ, શારીરિક આસનોની નકલ કરીને, આપ તેને નિર્મિત કરી શકો છો, તે બહુ જ સરળ છે. પરિધિ પર, શરીરની સીમિત મર્યાદા પર આરોપિત કરવું ઘણું સરળ છે. પરંતુ તે આપની સ્થિરતા નથી. આપ અશાન્તિમાં રહો છો, આપ અસ્થિરતામાં રહો છો. આ રીતે આ સમગ્ર જીવન જ અહીંથી ત્યાંની એક દોડ બની જાય છે, આ વિક્ષિપ્તતા છે અને સમગ્ર સંસાર એક પાગલખાનું બની ગયો છે.

ચેતન, અર્ધ ચેતન તથા અચેતન એ મનની ત્રણ ભૂમિકા છે. એ રીતે મન ત્રણ ભાગોમાં વિભાજિત થઈ કાર્યરત છે. તમે કોઈને સંમોહિત થતા જોયો હશે. શું થાય છે સંમોહનની અવસ્થામાં, સંમોહન કરવાવાળો ફક્ત આજ્ઞા કરતો જ રહે છે અને મન અનુકરણ કરતું ચાલી જાય છે. અર્થાત્ તેની આજ્ઞાનું અનુસરણ કરે છે, આદમી ઘણા મૂર્ખતાપૂર્ણ હુકમ માનતો ચાલી જાય છે. સંમોહિત વ્યક્તિ તેમનું અનુસરણ કરે છે કેમ ? કારણ કે અર્ધ ચેતન મનને સુવડાવી મનને સુવડાવી દેવામાં આવ્યું છે. કારણ કે અર્ધ ચેતન મનની પોતાની કોઈ મરજી નથી હોતી. બસ, તેને કંઈપણ કરવાનું કહો અને તે પ્રમાણે કરે છે. પરંતુ એમને પોતાની ક્ષમતાની કોઈ ખબર નથી, એટલે આજ્ઞા કરવાને બદલે અમે ભીખ માંગતા રહીએ છીએ ચાવધારેમાં વધારે આપણે તેનાથી લડવા માંડીએ છીએ.

જ્યારે તમે લડો છો તો તમે પક્ષોમાં વહેંચાઈ જાય છો, તમારી પોતાની સંકલ્પશક્તિ તમારી સાથે લડવા લાગે છે. અર્ધચેતનની પોતાની કોઈ સંકલ્પશક્તિ નથી હોતી. એટલે જો તમે સિગારેટ પીવાનું છોડી દેવા ઇચ્છો છો, તો કોશિશ નહિ કરો. માત્ર આજ્ઞા આપો તેને બંધ કરવાની અને તે અટકી જશે. જરા સરખો પ્રયત્ન ન કરો. જો આપ પ્રયત્ન કરવાની જાળમાં ફસાઈ ગયા તો આપ ક્યારે પણ જીતી શકશો નહિ. કારણ કે તમે તેનો સ્વીકાર કરી લીધો, કે જે ત્યાં છે જ નહિ. બસ, આપ મનને કહી દો, “અત્યારે, આ ક્ષણેથી બંધ કરો” અને શીઘ્ર આપ જોઈ શકશો કે વાત બનવા લાગી. આ પ્રાકૃતિક છે. એમાં કંઈપણ આશ્ચર્યજનક નથી, તે માત્ર પ્રકૃતિગત છે. આપ સજગ થઈ જાય એટલું પર્યાપ્ત છે. એટલે તે અર્ધ ચેતનને બાજુ નાંખી દો અને ક્ષણમાં જીવવા માંડો.

અને એક બીજી વાત પણ મહત્વની છે જે આપે કરવાની છે, જ્યારે આપ પોતાના મનને અલગ કરવામાં સક્ષમ થાવ, જ્યારે બહારથી કોઈપણ પ્રતિક્રિયાનો વિષય નહિ બને, જ્યારે પણ કોઈ વૃત્તિ ઉપર ઉઠી રહી હોય, ત્યારે કેવળ પોતાના અર્ધ ચેતન મનને અલગ હઠાવી દો. એ થોડું કઠણ હશે, પરંતુ પ્રથમ વાત ઉપલબ્ધ કરવાનું જરા પણ મુશ્કેલ નહિ હશે. ફક્ત જુઓ કે ફરી કામવાસના ઉઠી રહી છે અથવા કોઈ માથું ઊંચકે છે,

ત્યારે બસ, અર્થ ચેતનને કહો :- “મને એને સીધું જોવા દો, વચમાં ન આવો, મને પ્રત્યક્ષ સામનો કરવા દો, તમારી કોઈ જરૂરત નથી. બસ, મનને એવી આજ્ઞા આપો, અને વૃત્તિને સીધી જુઓ, સામ-સામે અને જો એક વાર પણ આપ પોતાની વૃત્તિને પ્રત્યક્ષ જોઈ શકો તો આપ તેના માલિક બની જશો. કોઈપણ નિયંત્રણ વિના.” જ્યારે આપને નિયંત્રણની જરૂરત છે, આપ માલિક નથી. એક માલિકને કંટ્રોલ કરાવની કોઈ જરૂરત નથી.

નિયંત્રણ અસંભવ છે, પરંતુ માલિકપણું સંભવ છે, માલિક બનવાના મૂળમાં બીજ એક વાત છે. માલિક બનવાનો મતલબ છે જ્ઞાન, નિયંત્રણનો અર્થ થાય છે ભય. જ્યારે આપ કોઈ વાતને જાણી લો છો, તો તેના માલિક બની જાવ છો. તો પછી કોઈપણ નિયંત્રણની આવશ્યકતા નથી અને જ્ઞાનનો અર્થ થાય છે સીધો સાક્ષાત્કાર, વૃત્તિઓને તેમની શુદ્ધતામાં જાણવી જોઈએ. અર્થચેતનને ખંખેરી નાંખો, કારણ કે એ સંદેહ દખલ દેનારો ટૂંકડો છે. એ ચીજોને વિકૃત કરતો જાય છે. તે ક્યારે પણ આપને વાસ્તવિક નહિ થવા દેતો. તે સંદેહ સમાજની વચ્ચે લઈ જશે, અને આપ તેને સમાજની વચ્ચે જોશો. અને જેવી તે ચીજો નથી, તેવી તેમને જોશો. અને વસ્તુતઃ એ જ અર્થચેતનનો ચમત્કાર છે, કે જો આપ તેની મારફત જોશો તો ચીજો તેવી જ દેખાશે, જેવી આપ જુઓ છો. તેઓ તેવી થવા લાગશે જેવી આપ જોશો. અર્થચેતન કોઈપણ રંગ, કોઈપણ રૂપ આરોપિત કરી શકે છે. કેવળ તેને અલગ કરી નાંખો, પોતાના જૈવિક આરોપિત કરી શકે છે. કેવળ તેને અલગ કરી નાંખો, પોતાના જૈવિક સ્વભાવને સીધા જુઓ, તે બહુ જ સુંદર છે, તે અદ્ભુત છે. બસ, તેને સામેથી પ્રત્યક્ષ જુઓ. તે દિવ્ય છે. કોઈપણ પ્રકારની નૈતિક ગેરસમજને તેને બગડવા ન દો. તેને તેવું જ જુઓ કે જેવું તે છે.

જો આપ બે વાત પોતાની આત્મ ચેતનાની સાથે કરી શકો :- એક બહારના તથ્યને પ્રત્યક્ષ, સીધું આવવા દો અને બીજું અંદરના અસ્તિત્વને પોતાના શુદ્ધ રૂપનાં પ્રગટ થવા દો, પોતાની નિર્દોષતામાં, તો ચમત્કાર ઘટિત જાય છે. આ એક ચમત્કાર છે એવો ચમત્કાર કે અર્થચેતન અને અચેતન બંને પડી જાય છે અને તે મનની એકતા, તેવી અવિભાજ્ય એકતાને ઉપનિષદ્ “જ્ઞાન” કહે છે. કારણ કે જાણનારો પણ ત્યાં નથી હોતો. જ્યારે એ ત્રણ ખંડ જ્યારે વિલીન થઈ જાય છે, જ્યારે જાણવવાળો ખંડ પણ ત્યાં નથી હોતો, ત્યારે શુદ્ધ જ્ઞાન થાય છે, કેવળ દર્પણની માફક જાણવાનું શેષ રહી જાય છે. એવું જાણવામાં, એવા જ્ઞાનમાં, આપના બે કેન્દ્ર હોય છે, એક બાહ્ય પરિધિ કે જ્યાં આપ વિશ્વ સાથે જોડાવ છો, અને બીજું આંતરિક કે આપ ફરીથી અંતર્જગતથી જોડાવ છો અને એ જાણવું આંતરિક અને બાહ્ય બંનેને જોડે છે. આત્મા અને બ્રહ્મને નિશ્ચલ જ્ઞાનને ઉપલબ્ધ કરો અને દ્વાર ખુલી જશે. ત્યારે આપ એ અજ્ઞાનને વિશ્વજ્ઞાનના આસન ઉપર આરૂઢ અનુભવશો. કેવળ આપ બંધ છો તે ખુલા થાવ.

ચતુર્થ સૂત્ર

“ उन्मनि भावः पाद्यम् १ ”

મનનું ઉપરની તરફ વહેવું જ પાદ્ય છે, જળ છે પરમાત્માની પૂજાને માટે.

મનુષ્ય સંસારમાં આવે છે મન દ્વારા, મનુષ્ય શરીરમાં આવે છે મન દ્વારા, વાસનાઓની પાસે આવે છે મન દ્વારા, આપ નરકનું નિર્માણ કરો છો મન દ્વારા, આપ સ્વર્ગનું નિર્માણ કરો છો મન દ્વારા, બંધનમાં પડો મન દ્વારા, આપ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરો છો મન દ્વારા. પદાર્થ અને ચેતન વચ્ચે, બહાર અને અંદરની વચ્ચે, સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મની વચ્ચે, આત્મા અને પરમાત્માની વચ્ચે, જીવ અને જગતની વચ્ચે, જીવ અને મૃત્યુ વચ્ચે તેમજ જીવ અને બ્રહ્મની વચ્ચેનું કડી રૂપ માધ્યમ કહો કે સંબંધો સેતુ કહો તે મન જ છે. બીજું કોઈ નથી. વિશ્વના તમામ ભેદ અને પ્રપંચનું કારણ મન છે. એટલે મન પોતાની ચારે બાજુ એક બહુ જ હ્રાંતિપૂર્ણ જગત નિર્માણ કરે છે.

મનોમય કોશનું નિર્માણ ૧૦ ઇન્દ્રિય + મન + પંચ તન્માત્રાઓ સહિત ૧૬ તત્ત્વોના સંગઠનથી આ મનોમયકોશ બનેલો છે, અને વિશેષરૂપથી એ ક્રિયાપ્રધાન કોશ છે. એની ગતિ વિધિઓથી અવગત થવા તથા તેમને પ્રત્યક્ષ કરવાના વિષયમાં આગળ વિસ્તૃત વિચારણા કરવામાં આવશે.

ન્યાય તથા યૈશેષિક દર્શનકાર ‘મન’ ને ‘યયોક્તત્ત્વા શ્રવાણુ’ (ન્યા. અ. ૩ આ. ૨/ સૂ. ૬૩) આ સૂત્ર અનુસાર અણુ માને છે, તથા એના અસ્તિત્વનું લક્ષણ :-

યુગ્મજ્ઞ જ્ઞાનાહનુત્પત્તિર્મનસોલિંગમ્ ૧ (ન્યા.અ.૨ આ.૧/ સૂ.૧૩)

અર્થાત્ એક સમયમાં એક સામટા બે જ્ઞાનોને ન થવા દેનારું તત્ત્વ મન છે, એવું કરે છે, કિંતુ આટલા જ કથનથી કંઈ હસ્તગત નથી થતું.

‘ચંચલત્વં મનો ઘર્મો વહ્ન ઘર્મો યયોષ્ણતા’ પદ અનુસાર ‘મન’ સદા ગતિશીલ, ચપળ, ચંચળ સ્વભાવ યુક્ત છે. ‘મન’ના નામથી સંસારની કંઈ એવી વ્યક્તિ છે જે પરિચિત નથી, લોકોમાં તો ભણેલા-અભણ, શહેરી-ગ્રામીણ, સભ્ય-અસભ્ય બધા એનાથી પરિચિત છે. મન વગરનો મનુષ્ય જ ક્યાં છે જગતમાં. વેદમાં પણ મનની ખ્યાતિ છે.

વર્તમાનકાળમાં જ નહિ, અતિ પ્રાચીન કાળથી આધ્યાત્મિક સમાજમાં આ મનના વિષયમાં વાદવિવાદ ચાલતા આવ્યા છે. મહારાજ જનકના કાળમાં તો ન જાણે કેટલીયે આધ્યાત્મિક ગોષ્ઠિઓમાં આ ‘મન’ જ ‘વાદનો વિષય’ બન્યો હતો. કિંન્તુ મનના વિષયમાં મનુજ સમાજમાં જે આટલો ગભરાટ ફેલાયેલ છે તે તો મનનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ તથા એના મુખ્ય કાર્યનું પરિજ્ઞાન ન હોવાથી છે, અને તે કર્મ પણ. મનના માથા ઉપર મઢી દેવામાં આવ્યા છે કે જે વસ્તુતઃ એનાં નથી. ગ્રંથોમાં અનેક સ્થળોએ ‘મનૈવ મનુષ્યાણાં કારણં બન્ધ મોક્ષયોઃ’ (મૈત્રાયણી-પ્રા.ખં.૧૧) ઇત્યાદિ જે અનેક પ્રકારના વાક્ય મળે છે તે મન તથા બુદ્ધિ આ બંનેને એક જ તત્ત્વ માનીને લખી દેવામાં આવેલ છે.

આ કર્મ સંકરના કારણે બુદ્ધિના સારાં-નરસાં કર્મ પણ મનની સાથે જોડીને અનેક પ્રકારની કુલાવનાઓ મનુષ્ય સમાજમાં ફેલાવી દેવામાં આવી છે. કિંતુ એ દોષ મનુષ્ય-સમાજનો નથી. સમાજમાં વિદ્વાનોએ ગ્રંથોમાં જેવું કાંઈ વાંચ્યું તેવું સંભળાવ્યું, સ્વયં આ તત્ત્વનો સાક્ષાત્કાર નથી કર્યો. નથી આ વિષયમાં આગળ કંઈ અનુસંધાન થયું, કે જેવું આ વર્તમાન યુગમાં બધા વિષયોનું અન્વેષણ કરવામાં આવી રહ્યું છે. આ રીતે જનતાએ વ્યાખ્યાનોમાં જે કંઈ સાંભળ્યું તેને તેવું જ શિરોધાર્ય કર્યું. પોતાના સ્વયં સાક્ષાત્કારના પૂર્વ ગ્રંથોમાં પઠિત શાબ્દિક જ્ઞાનના આધાર પર કેટલાક દિવસો સુધી આપણી પણ એવી જ અવસ્થા રહી. અંતમાં અમે જે નિર્ણય પર આવ્યા તે મુજબ આ મન પણ તે અંતઃકરણનું એક અંગ છે, જે જ્ઞાન પ્રધાન બુદ્ધિનું પરમ સહકારી છે. આ કર્મપ્રધાન મન બુદ્ધિ તથા ઇન્દ્રિયોની સાથે સંયુક્ત થઈને એક કાર્યસાધક સેવક પણ છે. જો મનની વ્યાખ્યા અતિ અલ્પ શબ્દમાં કરવી હોય તો એટલી જ છે કે :- વિના કોઈપણ પ્રકારનું વિવેચન કર્યે ‘વિષય તથા કર્મમાત્ર’ નું આદાન-પ્રદાન કરનારું તત્ત્વ ‘મન’ છે. આ ક્રિયાશીલતા તથા શીઘ્રકારિતા ગુણને કારણે આ મન પ્રત્યેક પદાર્થનું ક્રમિક જ્ઞાન-વિજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરાવવામાં સમર્થ થાય છે. કિન્તુ તે શીઘ્ર કારિતા જ્યારે નિયમિત ન રહીને ઉચ્છ્રંખલતાનું રૂપ ધારણ કરી લે છે ત્યારે કોઈપણ પ્રકારનો સાક્ષાત્કાર ન કરાવીને જ્ઞાનોપલબ્ધિમાં બાધક બની જાય છે. જેમ કે, નિત્ય ધ્યાન તથા સમાધિના સમયે અથવા ઉપાસના અને આત્મચિંતનના સમયે પ્રાયઃ સાધક અનુભવ કરે છે. અને આંતરિક કષ્ટથી વ્યથિત થઈ જાય છે. આ મનસ્તત્ત્વની આદાન-પ્રદાન રૂપ મુખ્ય બે જ વૃત્તિઓ છે. એને સંકલ્પ-વિકલ્પ કહેવામાં આવેલ છે. મન, ‘સંદેશ વાહક’ અથવા પત્ર વાહક ટપાલીના સમાન બધા સંદેશાઓને કોઈપણ ઇન્દ્રિય દ્વારા ગૃહીત વિષય, પદાર્થ જ્ઞાન અને કર્મની તદાકારતા (વૃત્તિ) થી ઉપરક્ત થઈને ‘આદાન’ રૂપ કહે છે. ફરીથી એનાથી પ્રતિબિમ્બિત સર્વ પદાર્થોનો નિર્ણય કરાવવા માટે ‘બુદ્ધિમંડળ’ માં પહોંચાડી દેવું અથવા તે બુદ્ધિતત્ત્વને પોતાની ‘તદાકારાવૃત્તિ’ થી રંગી દેવા રૂપ ‘પ્રદાન’ કાર્ય કરે છે. આ રીતે ફરીથી બુદ્ધિ દ્વારા પ્રદત્ત નિર્ણય યા આદેશોનું આદાન કરવું, તેમને ઇન્દ્રિયોને પ્રદાન કરવું અને સ્થૂળ દેહમાં અહીં-તહીં પ્રસાર તથા વિતરણ કરાવીને ચરિતાર્થ મનનું કાર્ય છે. કોઈ પ્રકારની કોઈ તર્ક-વિતર્ક, ટીકા-ટીપ્પણ વિવેચન કરવાથી એનો કોઈ સંબંધ નથી. અહીં પણ એ વાત સ્મરણીય છે કે આનંદમય કોશ ગત ચિત્તના સૂક્ષ્મતમ અવ્યક્તથી વ્યાપારોનું સંપાદન કરવામાં કર્મ પ્રધાન તત્ત્વ અહંકાર છે. અહંકારથી ઉત્પન્ન ‘મનસ્તત્ત્વ’ પણ ક્રિયા પ્રધાન છે અને ત્યાં વિજ્ઞાનમય તથા મનોમય કોશોની સર્વ ક્રિયાઓ ચિત્તગત ક્રિયાઓથી અપેક્ષાકૃત સ્થૂળ તથા વિસ્તૃત હોય છે. એટલે મન ચિત્તની ક્રિયાઓમાં હસ્તક્ષેપ નથી કરતું અને અહંકાર બ્રહ્મરંધ્રના વ્યાપારોમાં કોઈ ભાગ નથી લેતો. આ રીતે અહંકાર અને મન બંને જ કર્મ પ્રધાન તત્ત્વ છે.

થોડુંક વધારે વિસ્તારથી સમજવા પ્રયત્ન કરીએ તો, આ મન પોતાની સ્વાભાવિક ક્રિયાશીલતાથી સ્વયં સદા ગતિમાન રહીને ઇન્દ્રિય ગણ-બુદ્ધિ-પ્રાણ-સ્થૂળ દેહ સર્વને ક્રિયાશીલ બનાવી રાખે છે, અર્થાત્ જ્ઞાનેન્દ્રિયોને જ્ઞાન સંપાદન કરવામાં, કર્મેન્દ્રિયોને કર્મ કરવામાં, બુદ્ધિ તત્ત્વને વિષય જ્ઞાનના નિર્ણય કરવામાં, પ્રાણોને જ્ઞાન ક્રિયા તથા

જીવનને સર્વત્ર ફેલાવવામાં, અને સ્થૂળ દેહને જીવાત્માના સ્થૂળ ભોગોની પ્રાપ્તિ કરાવવામાં પ્રવૃત્ત કરી રાખે છે તથા સ્વયં પણ ઇન્દ્રિયો દ્વારા ગ્રહીત જ્ઞાન-કર્મ-પરંપરાને, બુદ્ધિની સાથે મળીને પ્રત્યેક પ્રકારથી વિષય નિર્ણાયક કર્મને, બધા કોશોની ક્રિયા તથા સંવેદનોને પ્રતિક્ષણ તદાકારતાથી પ્રતિબિંબિત કરીને પોતાની સ્વામિની બુદ્ધિને આપવા લેવામાં સદાચે રત રહે છે. સાથે જ બધી ઇન્દ્રિયોને પોતાની દિવ્યતા પ્રદાન કરીને તેઓને દૂરગામી, પારદર્શી બનાવવું તથા તેનામાં અજ્ઞાત અંતર પર સ્થિત, છૂપાયેલ પદાર્થોને જોવા, સાંભળવા, સૂંઘવા આદિની શક્તિઓ વિકસિત કરી દેવી અને ઇન્દ્રિયોને તે વિષયોના ઉપભોગ કરવા યોગ્યતા પ્રદાન કરી દેવી ‘મન’ ના ધર્મકર્મ છે. જાગ્રત યા સ્વપ્ન બંને અવસ્થાઓમાં પ્રતિક્ષણ પોતાના રશ્મિઓથી સર્વ કોશોને આરંભિત રાખીને, અથાક રૂપથી તેમનામાં રહેલા વ્યાપારોથી બુદ્ધિને સદા અવગત રાખવી, તથા પ્રત્યેક વિષય જ્ઞાનાદિથી પ્રતિબિંબિત થઈને જળમાં ફેલાયેલ તેલના બિંદુવત્ બુદ્ધિ મંડળને આ પ્રતિબિંબોથી અનુરંજિત કરીને સદા નિર્ણય કરાવતા રહેવું મનનો સ્વભાવ છે.

બુદ્ધિનું સદા સહકારી રહીને ચિંતન-મનન-નિદિધ્યાસન કરાવવું, બાહ્ય તથા આંતરિક ધારણા તથા ધ્યાનના સમયે શાંત અને એકાગ્ર થઈને વિષયોનું જ્ઞાન કરાવવું, વિષય ગ્રહણ તથા બુદ્ધિના આદેશોને ક્રિયાન્વિત કરાવવાને માટે અતિ વિશાળ રશ્મિઓને ફેંકવું, અને પ્રત્યાહારના સમયે સમસ્ત રશ્મિજાળને સમેટીને અણુરૂપ થઈ જવું. આ સંકોચ વિકાસી ધર્મ પણ મનના છે. હૃદયથી ઉઠતા ભાવો તથા સંસ્કારોનું આકર્ષણ કરીને ‘બુદ્ધિમંડળ’ અથવા ‘વિજ્ઞાનમયકોશ’ માં ભોગ પ્રદાનને માટે તેમને સ્થાપિત કરી દેવું, અને ઇન્દ્રિયોને ભોગવવા માટે પ્રેરિત કરવું, પોતાની અદમ્ય શક્તિથી ઇન્દ્રિયોને પરાક્રમી બનાવી દેવી. ત્રિગુણથી પ્રભાવિત થઈને સમયા વિષમભાવ તથા નાના મોટા આકારને ધારણ કરી લેવું આદિ કર્મ આ ‘મનસ્તત્ત્વ’ નો સ્વભાવ અથવા ધર્મકર્મ તથા ગુણ છે.

કિંતુ અંતઃકરણના ચારે અંગોમાં સર્વાધિક ક્રિયાશીલ હોવાને કારણે આ મનમાં શીઘ્રકારિતા તો ગુણ વિશેષ છે. આ ગુણના કારણે એની અબાધગતિ તરફ વિશેષરૂપથી ધ્યાન આકૃષ્ટ થાય છે. એટલે મનની ગતિને દર્શાવી દેવી ઉચિત તથા સંગત પ્રતીત થાય છે.

વિશ્વના સર્વ ગતિમાન પદાર્થોમાં સર્વાધિક તીવ્રતમ અથવા દ્રુતતમ ગતિ મનની છે. એ ગતિને કાળની ગતિના સમાન જ કહી શકાય છે. કારણ કે યોગદર્શનના ‘ક્ષણત્ત્વ ક્રમયોઃ સંયમાદ વિવેકજ્ઞ જ્ઞાનમ્’ (યોગ.પા.૩ સૂ.૫૨) સૂત્રમાં ક્ષણ-ક્રમ-પરંપરામાં સંયમ કરવાનો નિર્દેશ છે. આથી જ્યાં પ્રોગજ પ્રજ્ઞાથી પણ બે એવા પદાર્થોમાં ભેદજ્ઞાન ન હોઈ શકે. ત્યાં આ ક્ષણક્રમમાં સંયમનો અભ્યાસ કરવાથી, ભેદ જોવામાં આવે છે. તો તે ક્ષણ શું છે ? એને આ રૂપમાં સમજાવ્યું છે કે :- દ્રવ્યોના પરમાણુવત્ લઘુતમ ભાગ સમાન કાળની વિભક્ત નહિ થઈ શકનારી અવિભાજ્ય ગતિની એકાઈ (એકમ) નો અંશ જ ક્ષણ કહેવામાં આવે છે અને જે તત્ત્વ એવી ક્ષણોના પૂર્વાપર ક્રમ પરંપરાને દર્શાવે છે તે મનને કમથી કમ કાળના સમાન ગતિમાન તો અવશ્ય માનવું જ પડશે, અન્યથા

ક્ષણોના ક્રમભેદોનો વિભેદ કેવી રીતે જાણી શકાશે ? એની સાથે ‘મનોગતિ’ અબાધ પણ છે. આકાશ-પાતાળમાં સર્વત્ર ક્યાંય પણ સ્થિત પદાર્થો તથા પરમાણુથી લઈને પરમ-મહત્ પિંડોને દૂરતમ, સમીપતમ, છૂપા-પ્રગટ, સર્વને જાણવા તથા બતાવવામાં પણ સમર્થ છે, એટલા માટે યૈદિક ઋષ્યાઓમાં મનને ‘દૂરગમં જ્યોતિષાં જ્યોતિરેકમ્’ કહેવામાં આવેલ છે.

એક ‘ધ્રુવ નિયમ’ સદા સ્મરણમાં રાખી લેવો જોઈએ. ત્રિગુણ સમુદાયનો એક અંશ ‘રજોગુણ’ સૃષ્ટિના પદાર્થ માત્રમાં વિદ્યમાન છે. આથી જગતનો કોઈપણ પદાર્થ ક્યારે પૂર્ણરૂપથી અચળ નથી હોતો, તો પછી અંતઃકરણના આ અંગ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર તથા ઇન્દ્રિયકરણ જેવા તેજસ દિવ્ય પદાર્થ, કે જે અપિનાશી તથા ચેતન ‘જીવાત્મા’ ના સંયોગ પરંપરા ક્રમથી સદા ચેતન જેવા બની રહીને ક્રિયારત રહે છે, ભલા કેવી રીતે નિશ્ચલ બની શકે છે ? ચેતન જીવાત્માનો ચિત્તની સાથે વ્યવધાન રહિત નિકટતમ સંયોગ સંબંધ હોવાના કારણે સંયોગથી ઉત્તમ જ્ઞાન અને ક્રિયાના રૂપમાં પ્રતિક્ષણ પ્રાદુર્ભૂત થઈ રહેલ ‘સૂક્ષ્મ પ્રાણ’ આમરણ સ્વયં ગતિશીલ રહીને પાંચો કોશોના બધાં તત્ત્વોને સદા ગતિમાન બનાવી રાખે છે. ક્ષણભર પણ ગતિવિહીન નથી થવા દેતો. આ ક્રિયાના અભાવમાં માનવ જીવન એક ક્ષણ સ્થિર રહી નથી શક્તું. અહીં સુધી કે ‘કૂટસ્થ આત્મા’ પણ ચિત્ત સંયોગથી ‘ચલસ્વભાવ’ ભાસે છે. પરમ પુરુષ પરમાત્માના જડ પ્રકૃતિમાં નિત્ય વ્યાપક હોવાના કારણે પ્રકૃતિમાં સર્વત્ર ઉત્પન્ન થઈ રહેલી ક્રિયાને જોઈને એવું જ્ઞાત થઈ રહ્યું છે, કે ઇશ્વર જ આ તે, આવું-તેવું કરી-કરાવી રહ્યો છે. સર્વથા ચલ-અચલ અને ધ્રુવ જેવા દેખાતા સૂર્ય-ચંદ્ર, તારાગણ, ધરા, પર્વત આદિ પણ પ્રતિક્ષણ થઈ રહેલ પ્રાકૃતિક, ‘અવસ્થા પરિણામ’ થી પ્રભાવિત છે, અને એવી તમામ સૂક્ષ્મતમ ક્રિયાઓ તથા પરિણામ-વિશેષ દિવ્ય દૃષ્ટિથી જોવામાં આવે છે. આ ત્રિગુણ સમુદાયને ગતિ ભગવત્ નિયમ ‘ઋત્’ અથવા સર્વવ્યાપી ‘બ્રાહ્મી ચેતના’ દ્વારા પ્રતિક્ષણ મળી રહે છે અને મળતી રહેશે. જ્યાં સુધી કે પ્રલય નથી થતો. આ પરંપરાગત ગતિ ક્રમના કારણે જગતનો પ્રત્યેક પદાર્થ ચલ-સ્વભાવ છે, અને એક ‘બ્રહ્મ’ જ કૂટસ્થ, નિત્ય, સત્ય, અપરિણામી અને અચળ છે.

આટલું બરાબર સમજી લો :- જીવન અ-તર્ક સંગ છે, મૃત્યુ અ-તર્ક સંગત છે, પ્રેમ અ-તર્ક સંગત છે, પરમાત્મા અ-તર્ક સંગત છે. કારણ કે, તર્કથી જીવી નથી શકાતું, તર્કથી મરી નથી શકાતું, પ્રેમમાં પણ તર્કને સ્થાન નથી, પરમાત્માની પ્રાપ્તિ માટે પણ કોઈ તાર્કિક ગણિત કામ નથી લાગતું. આ બધું નિશ્ચિત છે એમાં કોઈ તર્ક કચેથી કંઈ મળવાનું નથી. તર્કથી મળે, કોઈ વસ્તુ ગણતરી પ્રાપ્ત થાય તે બહુ જ બજાડ છે, અસ્થિર છે. અસ્થિર મનની નિપજ છે. આ જીવનમાં જે પણ અર્થ પૂર્ણ છે, જે મહત્પૂર્ણ છે, ગહન છે, આત્યન્તિક છે તે બધું જ આ-તર્ક સંગત છે. તર્ક તમારા જીવનની જન્મો જન્મની લાખો વર્ષોથી નીચેની તરફ વહેનારી મનની એક ધારા છે. મનની, આદતોની લાંબી ધારા કે જે જન્મોજન્મમાં નિર્મિત કરવામાં આવી છે. કેવળ મનુષ્યના જીવનમાં નહિ, પશુ અને વનસ્પતિના જીવનની પણ. આપ એનાથી અલગ નથી, આપ એક લાંબા પ્રવાહના, ધારાના દિસ્સા છો અને હર એક આદત પાકી જામી

જામી ગઈ છે. વાસ્તવમાં તે આપની પ્રકૃતિ બની ગઈ છે. આપ બીજી કોઈ પ્રકૃતિને નથી જાણતા. આપ કેવળ એક જ સ્વભાવ જાણો છો કે જે નીચે, નીચે અને વધુ નીચે વહેતો જાય છે. આ નીચેની તરફ વહેવું જ ધારા છે. જળનો સ્વભાવ અને મનનો સ્વભાવ સરખો છે જે સ્વાભાવિક રીતે નીચેની તરફ વહે છે, એટલે કે બહારના જગતમાં વહી રહેલ છે. શરીરનો પ્રત્યેક સેલ, મનનો હર એક અણુ આ એક લાંબી આદતોની ધારાનો એક હિસ્સો છે. તે એટલી એટલી ઊંડી છે અમને સ્મરણમાં પણ નથી આવતું કે તે ક્યાંથી આવી ?

પાણીને જમીનમાંથી બહાર ઉપર લાવવું હોય તો હેન્ડપંપ લગાવવો પડે અથવા સબમર્શિબલ પંપની જરૂર પડે, પાણીને ભૌતિકતણીએથી કુવામાંથી ઉપર લઈ જવું હોય ઘરના માળ સુધી તો તેની નીચેની ગતિ સંચયિત કરવી પડે અને ઇલેક્ટ્રીક મોટર કામે લગાડવી પડે તો પાઈપ વાટે તે ઉપર ચડે છે અને જરૂરી ઉપયોગ કરી શકાય. તેવી જ રીતે મન પણ અધોગામી થઈ સંસારમાં વહી રહ્યું છે. બહારના જગતમાં ગતિ કરી રહ્યું છે. તેને સંચયિત કરી ગતિ બદલવી પડે તેની નીચેની તરફની ગતિ ઉપરની તરફ એટલે પરમ તત્ત્વ પરમાત્મા તરફ વાળવું પડે તો જ પરમાત્માના પૂજનમાં તે સહાયક થઈ શકે. જગતમાં બધા વૃક્ષ-વલ્લરીઓના મૂળ જમીનમાં નીચે છે એટલે તેના પગ જમીન પર છે. જ્યારે સંસાર વૃક્ષનું મૂળ જમીનમાં નીચે છે એટલે તેના પગ જમીન પર છે. જ્યારે સંસાર વૃક્ષરૂપે બીરાજમાન પરમાત્માના પગ (ચરણ) કહો કે સંસાર વૃક્ષનું મૂળ ઉપરની તરફ છે. તેમના પગ ઘોવા માટે મનનું ઉપરની તરફ વહેવું એ જ પ્રભુના પાદ પ્રક્ષાલનનું જળ (પાદમ્) છે. ગીતામાં પણ કહ્યું છે કે :- ‘ઋર્ષ્યમૂલં અઘઃ શાસ્ત્રા અશ્વત્થોઢયં પ્રાહુ ઝર્ઘ્યયમ્’ આ એક એવું કાચમી પીપળાનું વૃક્ષ છે કે જેનાં મૂળ ઉપરની તરફ અને શાખા તથા પાન નીચેની તરફ છે. આપણે પ્રભુના પગનું પ્રક્ષાલન કરવાનું છે એટલે મનરૂપી જળ જે નીચેની તરફ ગતિ કરી રહ્યું છે સંસારમાંથી તેને વાળીને સંચયરૂપી પંપ વડે ઉપર તરફ ગતિ કરાવવાની છે. તો જ સાચા અર્થમાં પગ ઘોવાશે, પાદ અર્પણ થશે.

પંચમ સૂત્ર

“સદાહમનસ્કં અર્ચ્યમ્ ૧”

મનના તીરનું નિરંતર તેની તરફ લક્ષ્ય હોવું જ અર્થ છે, અર્પણ છે.

પશુ સ્વતંત્ર નથી કારણ કે તેમની પાસે પસંદગી નથી. તે તેજ છે જે થવા માટે તે સર્જાયેલ છે. તેમની પાસે પોતાની કોઈ પસંદગી નથી. તેઓ સ્વભાવની, પ્રકૃતિની વિરુદ્ધ વર્તી નથી શક્તા, મનુષ્યનું મન જ મનુષ્યની સ્વતંત્રતા છે, એટલે એકવાર જે આધારભૂત છે તેને સમજી લેવું જોઈએ, મનની ખૂબી એવી છે કે જ્યાં વિશેષ ચોંટ્યું ત્યાં તે તદ્દરૂપ થઈ જાય.

“મન બન્યું પંખી મારું, જ્યાં ત્યાં ઊડી ઊડી જાય,
જેવાં વૃક્ષે જઈ ચડે તેવાં ફળ તે ખાય...”

આપ મનને અર્પિત પણ કરી શકો છો, આપ મનાઈ પણ કરી શકો છો, આપ વિરોધમાં પણ જઈ શકો છો, અને પરમાત્મા પણ આપને બાદ્ય નથી કરી શક્તા. તે મનુષ્યના ગૌરવની વાત છે. મન વડે તો મનુષ્ય મનુષ્ય તરીકે ઓળખાયો, માનસ વડે તો માણસ બન્યો. તે જ મનુષ્યના અસ્તિત્વનું સૌંદર્ય છે. એટલે મનુષ્ય જ એવું પ્રાણી છે કે જે કોઈ અર્થમાં સ્વતંત્ર છે. તે એ છે કે મનની સ્વતંત્ર સત્તા છે એટલે તે ભેટ થઈ શકે છે. આ સ્વતંત્રતાનો સદુપયોગ કરી શકો છો, યા તેનો દુરુપયોગ પણ કરી શકો છો.

મનનું તીર નિરંતર તેની તરફ લક્ષ્ય બનાવી તાકવામાં આવે (એ મનનું સરસંધાન જ) અર્ચ્યમ્ છે, અર્પણ છે. આપનું મન સતત તેની તરફ સધાયેલું છે, લગાતાર તેની તરફ અને આપે તો સ્વયંને તેને અર્પિત કરી દીધો. પરંતુ જો કે મન સ્વતંત્ર છે, એટલે આ બહુ જ કઠણ છે, મુશ્કેલ પણ છે, તેના ક્યાંય પણ લગાડવામાં આવે, તેની ખાસ પ્રકૃતિ સ્વતંત્રતા છે, એટલે આપ જેનું એને ક્યાંય પણ લગાડો છો, તે વિદ્રોહ પણ કરે છે, તે વિદ્રોહી-બળવાખોર બની જાય છે.

કહેવાય છે પારાવાર ભરેલા રત્નોથી ભરેલા રત્નાકર સાગરમાં શેષશેયા ઉપર ભગવાન સુતેલા છે. વિશ્વની અઢળક સંપદાની સ્વામિની લક્ષ્મી જેના ચરણની સેવા કરે છે. હજારો ફણાવાળો શેષનાગ જેને છાયા કરે છે. જ્ઞાનરૂપી ગરુડ જેનું વાહન છે. તમામ દેવતાઓ તેનું સ્તુતિ ગાન કરે છે. દેવર્ષિ નારદ વીણા લઈને નિત્ય જેનું નામ કીર્તન કરે છે. એવા અનંત યૈભવવાળા ભગવાનને શું ખોટ છે ? કે જે વસ્તુનું અર્પણ કરી શકાય ? મનુષ્ય તેને શું અર્પણ કરી શકે છે ? શું આપી શકે છે ? શું હોઈ શકે છે તેની ભેટ ? આપણે તેજ અર્પણ કરી શકીએ છીએ કે આપણું છે, જે પોતાનું નથી તેને અર્પિત પણ કરી શકાતું નથી અને મનુષ્યે જે આપવા જેવું છે તે આપ્યું નથી અને સદૈવ તે ભેટમાં ચઢાવ્યું છે જે જરા પણ પોતાનું નથી. આપ ગાય આપી શકો, ઘોડા આપી શકો, જમીન-જાગીર-સંપત્તિ આપી શકો છો, પરંતુ એમાંથી કંઈપણ તો પોતાનું

નથી. એટલે જેને તમે ત્યાગ કહી શકો છો પરંતુ ધર્મના નામ પર એક ચોરી છે. તો ભગવાનને શું અર્પણ કરવું એ પ્રશ્ન બની આપણી નજર સમક્ષ ઊભો રહે છે.

હા, પેલી વ્રજ વનિતાઓ (ગોપીઓ) એ ભગવાનનું મન હરણ કરી લીધું છે, તે પાછું આપવા માંગતી નથી. અહીં ગોપીઓનો અર્થ છે શરીરની ઇન્દ્રિયો તેની સાથે મન જોડાયેલું છે. તે મનને ઇન્દ્રિયો પાસેથી છોડાવીને આપણે ભગવાનને અર્પણ કરવાનું છે. આત્મરૂપી આરસાની ઉપલી સપાટીને મન એવું નામ આપ્યું છે. વિશેષરૂપે પ્રગટ ન થાય ત્યાં સુધી તે આત્મા જ છે અને મન નહિ. ભક્તાધીન ભગવાન તેમ આત્મા-પરમાત્મા મનરૂપ થઈ ઇન્દ્રિયોરૂપી ગોપીઓ સાથે રમણ કરે છે. વિશેષ રૂપમાં પ્રગટ થાય છે ત્યારે તેને મન એવી સંજ્ઞા આપવી પડે છે. એ મન અને મનોહર આત્મા એક થઈ જાય તેવું કરવાનું છે એટલે મનને ભગવાન (આત્મ સ્વરૂપ) માં અર્પણ કરવાનું ભેળવવાનું છે. મનને અમન કે નમન બનાવવાનું છે. મનનું અસ્તિત્વ વિલીન કરવાનું છે. એ જ અર્પણ છે એ જ અર્ધ્યમ્ છે. નમન કરીએ એટલે બે હાથની દસ આંગળી જોડાય તે દસ ઇન્દ્રિયો નમનમાં કરાબદ્ધ થાય, માથું નમે એટલે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકારનું અર્પણ થાય. પછી અર્પિત કરવાનું બાકી રહેલું છે. આ જ અમનસ્ક ભાવ છે. જેમાં હું અને મારાપણાનો અભાવ થાય છે.

એકાગ્રતા મનની વિરુદ્ધ છે કારણ કે આપ તેને ક્યાંક એક બિંદુ પર કેન્દ્રિત કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા છો. ક્યાંક એક જગ્યા પર, પરંતુ મન તો સ્વતંત્ર છે, ગતિમાન છે. સતત ગતિમાન છે. તે જીવે છે પણ ત્યારે કે જ્યારે તે ગતિ કરે છે. તે ત્યાં સુધી છે જ્યાં સુધી તે ગતિમાં છે. તે ગત્યાત્મક શક્તિ છે, એટલે જે ક્ષણે પણ આપ તેને સ્થિર કરો છો, આપ કંઈક અસંભવ કરવાની કોશિશ કરી રહ્યા છો. એટલે શું કરવું ? ધાર્મિક વ્યક્તિએ સદૈવ મનને પ્રભુમાં સ્થિર કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે અને જેટલો અધિક તે પ્રયત્ન કરે છે તેને પ્રભુમાં સ્થિર કરવાનો એ શેતાનની તરફ જાય છે.

જેટલો આપ સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયાસ કરી કરશો, તેટલું જ મન અસ્થિર થતું જશે. જેટલા આપ તેને યુપ કરવાનો પ્રયત્ન કરશો, તેટલો જ તે શોર મચાવશે, બૂમાબૂમ કરશે. જેટલા આપ તેને શુભ બનાવવા પ્રયાસ કરશો તેટલો અશુભ તેને લોભાવશે. આ મનના આધારભૂત નિયમ છે. એ તેટલો જ આધારભૂત છે કે જેટલો ન્યૂટનનો ભૌતિક શાસ્ત્રનો વિપરીત પ્રભાવનો નિયમ.

એટલે આપ જે કંઈપણ પ્રયત્ન કરવા ચાહો છો, આપ ક્યારે પણ ઉપલબ્ધ કરી શકશો નહિ. આપ તેના વિપરીતને ઉપલબ્ધ કરશો. અને ત્યારે એક દુષ્ટચક્ર નિર્મિત થાય છે. જ્યારે આપ વિપરીતને ઉપલબ્ધ કરો તો આપ એ વિચારવા લાગો છો કે વિપરીત આટલું શક્તિશાળી છે કે મારે વધારે ઉગ્રતાથી લડવું જોઈએ. જેટલું વધુ આપ લડો છો, વિપરીત તેટલું જ અધિક શક્તિશાળી બનતું જાય છે, વિરોધી તેટલો જ અધિક મજબૂત થતો જાય છે. જે કંઈ આપ કરવાનો પ્રયત્ન કરો છો, તેનો પ્રભાવ તેથી વિપરીત હશે.

વિરોધી છે જ નહિ, આપ તેને નિર્મિત કરો છો, કારણ કે આપ પોતાના મનને બાંધવા ચાહો છો. તે તો સહઉત્પાદ છે. એક બાથ પ્રોડક્ટ કે જે એટલા માટે આપે છે કારણ કે આપ નિયમને જાણતા નથી. એટલે પછી શું કરી શકાય ? મનને પરમાત્માને અર્પણ કરવા માટે ? ને આપ પરમાત્મા કોઈકની વિરુદ્ધ પસંદ કરશો તો પછી આપ ક્યારે પણ મનનું અર્પણ ન કરી શકશો.

કેવળ એક જ રસ્તો છે, પરમાત્માને સર્વની માફક પસંદ કરો, પરમાત્માને સમગ્ર તરીકે પસંદ કરો, પરમાત્મા જ સર્વસ્વ છે એમ સમજી પરમાત્માને સર્વત્ર, સર્વદા બધામાં જ જુઓ. જો શૈતાન પણ તમારી સમક્ષ આવે તો તેઓમાં પણ પરમાત્માનો અનુભવ કરો. ત્યારે તમે અર્પિત કર્યું છે અને ત્યારે અર્પણ સતત થઈ શકશે, વિના કોઈ તોડફોડ, વિના કોઈ અંતરાલથી, હવે કોઈ અંતર (ગેપ) સંભવ નથી. એટલે પરમાત્મા, ઈશ્વર, ગોડ શબ્દનો ઉપયોગ ઉપનિષદ્ નથી કરતા. તેઓ તે (ઘેટ) નો ઉપયોગ કરે છે. જેવો તમે પરમાત્મા જેવા નામનો ઉપયોગ કર્યો, શૈતાનનું નિર્માણ થઈ જાય છે. તેઓ કોઈપણ સંજ્ઞા (નામ) નો ઉપયોગ નથી કરતા, તેઓ સર્વનામનો ઉપયોગ કરે છે. તેઓ કહે છે ‘તે’ આ ‘તે’ એવો છે કે પોતાનામાં સર્વ કંઈ સમાવીને રહેલ છે. સર્વ કંઈ, સર્વ જગ્યાએ, સર્વદા એટલા માટે છે. જો ‘સર્વ’ની રીતે એટલે સર્વસ્વ તરીકે પરમાત્માનો ખ્યાલ કરી શકો છો, તો આપ અર્પણ કરી શકો છો. અન્યથી, વિપરીત નિર્મિત થઈ જશે, અર્પણ આપ પરમાત્માને કરશો અને થઈ જશે શૈતાનને.

આંશિક અર્પણ ગણિત હિસાબથી ખોટું છે. તે એક આંશિક વર્તુળની માફક છે કે વૃત્ત (વર્તુળ) નથી. એક વર્તુળ ત્યારે જ વર્તુળ છે જ્યારે તે પૂરું હોય. આપ એક આંશિક વૃત્તને વર્તુળ નથી કહી શકતા. તે વર્તુળ નથી. અર્પણ યા તો સમગ્ર છે અથવા બિલકુલ જ નથી. આંશિક રૂપથી આપ અર્પણ કરશો પણ કેવી રીતે ? તે આંતરિક રૂપથી જે અસંભવ છે. આપ આંશિક પ્રેમ કેવી રીતે કરી શકો છો ? યા તો આપ પ્રેમ કરો છો યા બિલકુલ નથી કરતા. કોઈ સમાધાન સંભવ નથી. પ્રેમની કોઈ માત્રાઓનો સંભવ નથી. યા તો તે છે, યા તો નથી. બાકી બધી પ્રવંચના છે. ઘોંકો છે - છેતરામણ છે.

અર્પણ પણ એક સમગ્ર ઘટના છે. આપ છોડી દો છો, આપ સમર્પણ કરી દો કિન્તુ આપ એ નથી કહી શકતા કે હું આંશિક રૂપથી સમર્પણ કરું છું. શું મતલબ છે આપની ? એક આંશિક સમર્પણનો અર્થ થાય છે આપ અત્યારે પણ માલિક છે અને તેને પાછું પણ લઈ શકો છો. એક હિસ્સો જે પાછળ છૂટી ગયો છે ફરીથી પાછો મેળવી શકાય છે. તે કાલે ના પણ કહી શકે છે. એટલે એક સમગ્ર સમર્પણનો અર્થ થાય છે કે જેમાં પાછળ કંઈપણ શેષ બચતું નથી. કંઈપણ બચાવ્યું ન હોય. તેથી તે મેળવવા તમે પાછા ન વળી શકો. પરત આવવાનું સંભવ નથી કારણ કે ત્યારે પરત આવવા માટે કંઈ બચ્યું જ નથી. એટલે જ અર્પણ સમગ્રતામાં પૂર્ણ છે. જ્યાં પણ તમે જશો ત્યાં તેને જ સામે હાજર જોશો. આ સમગ્રતામાં પૂર્ણ છે. આ લગાતાર તેની તરફ સધાયેલ મન છે. ઉપનિષદ્ કહે છે :- આ જ અર્પણ છે, શેષ સર્વ તો મિથ્યા પરિપૂરક છે.

છઠું સૂત્ર

“ સદાદીપ્તિઃ અપાર અમૃતવૃત્તિઃ સ્નાનમ્ ૧ ”

અંતર પ્રકાશમાં તથા અંતરના અનંત અમૃતમાં નિરંતર
કેન્દ્રિત રહેવું જ પૂજની તૈયારીને માટે સ્નાન છે.

પ્રકાશ સર્વાધિક રહસ્યમય ચીજ છે. કોઈએ પણ આજ સુધી પ્રકાશને જોયો નથી, કોઈએ પણ નહિ અને કોઈપણ નથી જોઈ શકવાનું પ્રકાશને ક્યારે પણ. પરંતુ આપણે એ અભિવ્યક્તિ ઉપયોગમાં લઈએ છીએ :- ‘હું પ્રકાશને જોઉં છું’ અને તેનું તાત્પર્ય છે કે ‘હું વસ્તુઓને જોઉં છું, જે પ્રકાશ વગર નથી જોઈ શકાતી’ ત્યારે આપ કહો છો કે અંધારું છે, પ્રકાશ નથી, તો આપનો શું અર્થ થાય છે ? આપનો એટલો જ અર્થ થાય છે કે હું અત્યારે વસ્તુઓને નથી જોઈ શકતો. જ્યારે આપ ચીજોને નથી જોઈ શકતા. તો આપ એવો નિષ્કર્મ નિકાળો છો કે પ્રકાશ નથી. જ્યારે આપ ચીજોને જોઈ શકો છો તો આપ નિષ્કર્મ કાઢો છો કે પ્રકાશ છે, એટલા માટે પ્રકાશ એક નિષ્કર્ષ છે બહારમાં અને બહારના જગતમાં પણ. એટલે જ્યારે કોઈએ અંતરપ્રવેશ કરવો હોય અને જ્યારે કોઈ એના માટે તૈયાર હોય ત્યારે અમારો ક્યો હેતુ હોય છે ?

જો આપ સ્વયંનો અનુભવ કરી શકો, જો આપ સ્વયંને જોઈ શકો તો તેનો અર્થ થશે કે ત્યાં પ્રકાશ છે. આ વિચિત્ર વાત છે. પરંતુ આપણે આના ઉપર ક્યારે પણ વિચારતા નથી. સંપૂર્ણ ઓરડો (રૂમ) અંધકારપૂર્ણ છે, આપ નથી કહી શકતા કે, કંઈપણ ત્યાં છે, કિંતુ એક વાત આપ કહી શકો છો :- ‘હું છું’ કેમ ? આપ પોતાને પણ જોઈ નથી શકતા. ઓરડામાં સંપૂર્ણ અંધકાર છે. કંઈપણ જોઈ શકાતું નથી, પરંતુ એક ચીજ માટે આપને પૂરો ભરોસો છે અને તે છે, આપનું સ્વયંનું હોવું. કોઈ પ્રમાણ આવશ્યક નથી. કોઈ પ્રકાશની કોઈ જરૂર નથી. આપ જાણો છો કે આપ છો, આપને ખાતરી થાય છે કે આપ છો. કોઈ એક સૂક્ષ્મ, આંતરિક આલોક જરૂર હશે. અમને ભલે એની ખબર નથી, આપ ચાહે તેના તરફ સજગ ન હોવ તો જરા સરખા સજગ હોય કિંતુ તે છે.

આથી પોતાની દૃષ્ટિ અંદરની તરફ વાળી લો. અંધારામાં ઉતરો. પોતાની આંખોને બંધ કરી લો, પોતાની બધી જ્ઞાનેન્દ્રિયોને બંધ કરી લો જેથી બહારના પ્રકાશની કંઈપણ ખબર ન પડે, અને હવે આપ અંદર પ્રવેશવા પ્રયત્ન કરો, અંદર જુઓ, પ્રથમ આપ સામાન્ય અંધકાર જોઈ શકો છો, કારણ કે આપ તેનાથી પરિચિત નથી. અંદર ઉતરતા જાવ. અંદર જે અંધારું છે તેમાં જુઓ. તેની અંદર પ્રવેશ કરી જાવ અને ધીરે ધીરે આપને ઘણી એવી વાતોનો અનુભવ થશે. આંતરિક પ્રકાશ કામ કરવાનો આરંભ કરે છે. તે શરૂઆતમાં ઘુંઘળો હોઈ શકે છે. આપ પોતાના વિચારોને જોઈ શકો છો કારણ કે વિચાર અંદરની ચીજ છે. તે વસ્તુઓ છે. આપ પોતાના મનમાં ભરેલ ઘરવખરી પર પહોંચશો. અહીં ઘણો એવો સરસામાન ભરેલો પડ્યો છે. ઘણી એવી નિરાશાઓ, ઘણા વિચારો, ઘણા બીજા-વિચાર, આ રીતે કેટલીયે ચીજો ત્યાં ભરેલી પડી છે. જ્યારે આપ તેનો

અનુભવ કરવા માંડો તો પ્રથમ અંધકારમાં અંદર પ્રવેશવાની કોશિશ કરો. ત્યારે હળવે પ્રકાશ થવા લાગશે અને આપને ઘણી વસ્તુઓનો અનુભવ થશે. આ એવો જ હશે જેમ આપ કોઈ અંધકારપૂર્ણ ખંડમાં અચાનક ઘુસ્યા, અને આપને કંઈપણ જોવામાં ન આવે. પરંતુ ત્યાં રહો, તે અંધકાર સાથે તાલમેળ બેસાડી લો, આપની આંખોને એ અંધકારની સાથે બેસી જવા દો. આંખો એ કરવું પડે છે. તેને સમય લાગે છે. જ્યારે આપ બહારથી આવો છો તાપમાં-તડકામાં, બાગમાંથી પોતાના બેઠક રૂમમાં, તો આપની આંખોને તે મુજબ ફરીથી ગોઠવવી પડે છે. આપની આંખોને થોડો સમય લાગશે પણ તે થઈ જશે.

કોશિશ કરો, પ્રયાસ કરો, અંધકારની અંદર જુઓ, ઉતાવળ ન કરો, કારણ કે આંખની યાંત્રિકતા જન્મો જન્મથી પાકી જામી ગઈ છે. આંખો બિલકુલ ભૂલી ગઈ છે. અંદર કેવી રીતે જોવું. આપે એને આ કામમાં ક્યારે લીધી નથી. એટલે અંધકારમાં જુઓ, અંધકારને જુઓ, અને ધૈર્ય ન ગુમાવો. અંધકારની અંદર પ્રવેશ કરી જાવ, અંદર અંદર વધુ ઊંડે ઉતરતા જ જાવ અને આપ ત્રણ ચાર મહિનાનાં અભ્યાસ પછી આપ ઘણી બધી ચીજોને જોવા સમર્થ બની જશો, જેને માટે આપે ક્યારે વિચાર્યું પણ નહિ હોય કે તે ત્યાં છે અને હવે પહેલી વાર, આપને ખબર પડશે કે વિચાર પણ માત્ર વસ્તુઓ છે. અને એની બાબત સજાગ થશો તો પછી આપ કોઈપણ વિચારને ક્યાં પણ રાખી શકશો. જો આપ તેને ફેંકવા ચાહો તો બહાર ફેંકી શકશો.

પ્રત્યેક ચીજમાં બહારની વિજાતીય શક્તિ છે, પ્રકાશ સિવાયની પ્રત્યેક ચીજ ચાલી રહી છે કોઈને કોઈ ઊર્જાથી કે કોઈને કોઈ જગ્યાએથી લેવામાં આવી છે. એક ફૂલ ખીલી રહ્યું છે, પરંતુ ઊર્જા લેવામાં આવી રહી છે. આપ શ્વાસ લઈ રહ્યા છો અને જીવી રહ્યા છો, પરંતુ ઊર્જા લેવામાં આવી રહી છે. આપની પાસે પોતાની કોઈ એનર્જી (ઊર્જા) નથી. કોઈપણ ચીજમાં નથી. સિવાય કે પ્રકાશમાં. કેવળ પરમાત્માનો જ ઊર્જા સ્ત્રોત છે. બાકી બધું તો બીજા પાસે મેળવેલું છે, આથી આપણે બધા તો ઉધારની જિંદગી જીવીએ છીએ. તે કેટકેટલા સ્ત્રોતો પાસે ઉધાર લેવામાં આવી છે. આથી અમારું જીવન શરતોની સાથે છે. જો એક પણ સ્ત્રોત ઊર્જા દેવાની મનાઈ કરી દે તો અમે મરી જઈશું. પ્રકાશ પોતાની ઊર્જાથી થાય છે વિના ઉધાર, સ્વઉત્પાદિત, અને નથી ઘડેલી શકાતો અને નથી ખેંચી લઈ શકાતો, અને એ ચાલે છે એ જ સર્વાધિક રહસ્યની વાત છે, આ ચમત્કાર છે.

આપ ભોજન કરી રહ્યા છો, અને આપ શક્તિ લઈ રહ્યા છો. પરંતુ ભોજન સ્વયં તેને પ્રકાશની મારફત લે છે. સૂર્યના કિરણોથી, ભોજન ફક્ત માધ્યમનું કામ કરે છે. કારણ કે આપ પ્રકાશને સીધા લઈ શકતા નથી. એટલે પ્રથમ તેને વૃક્ષો શોષી લે છે અને પછી તેઓ તેનું આ રીતે રૂપાંતર કરે છે, તેઓ તેને આ રીતે તૈયાર કરે છે કે આપ ઊર્જાને સીધા મેળવી શકો. એટલે તે માધ્યમનું કાર્ય કરે છે, અને પ્રકાશ જ એક માત્ર ઊર્જાનો સ્ત્રોત બની જાય છે. એટલે જો બધી વસ્તુઓ નાશ પામે આ સંસારમાં તો પણ પ્રકાશ પર તેની કોઈ અસર થશે નહિ. કોઈપણ ચીજ નહિ બચે અને તે સમગ્ર જગત મૃત બની જાય, તો પણ પ્રકાશ જરા પણ પ્રભાવિત થશે નહિ. આ જગત ત્યાર પછી પણ પ્રકાશની ભરેલું હશે. પરંતુ જો પ્રકાશ ચાલી જાય, તો બધું મરી જશે. કંઈપણ જીવિત નહિ રહી શકતું.

આ પ્રકાશ કેવળ વિજ્ઞાન માટે જ આધારભૂત છે એવું નથી, પરંતુ એ ધર્મને માટે પણ આધાર છે. આથી બીજો હિસ્સો જો આપ પદાર્થની અંદર પ્રવેશ કરી શકો છો તો પ્રકાશને પહોંચો છો. એટલે ધાર્મિક રહસ્યવાદીઓ સદૈવ જ કહ્યું છે કે :- ‘અમને પ્રકાશનો અનુભવ થાય છે, અમે પ્રકાશને પ્રાપ્ત થઈએ છીએ’, તે પ્રકાશ કે જે અંદર છે, તે જ્યોત કે જે અંદર જલી રહી છે.’ બધા રહસ્યવાદીઓએ આ રીતની જ વાત કહી છે.

પ્રકાશ શુદ્ધતમ ઊર્જા છે. પ્રકાશ પદાર્થ નથી અને જ્યારે કોઈવાર અમને પદાર્થનો અનુભવ થાય છે તો તે કેવળ સઘન થઈ ગયેલ પ્રકાશ હોય છે. આથી પદાર્થનો અર્થ થાય છે. સઘન બની ગયેલ પ્રકાશ. જો પદાર્થ પ્રકાશમાં ભળી જાય છે, પ્રકાશમાંથી નીકળે છે. તો પછી જીવન કેમ નહિ ? અને જ્યારે કોઈ રહસ્યવાદી ગહન ઊંડાણમાં અંદર જાય છે, તો તે ગહન પ્રકાશમાં જઈ રહ્યો છે અને તે પ્રકાશ પર પહોંચે છે. આ અંદર ગહન અને ગહન જવાનું તાત્પર્ય છે કે પ્રકાશના મૂળ સ્ત્રોતને પહોંચવું એ છે. આથી બાહ્ય પ્રકાશ જ ફક્ત પ્રકાશ નથી, આપની પાસે અંતઃપ્રકાશ પણ છે, કારણ કે તેના વગર આપ જીવી નથી શકતા. તે આધાર છે. ‘હોવું’ એનો અર્થ છે પ્રકાશમાં સ્થિત થવું. આના સિવાય કોઈ બીજું અસ્તિત્વ નથી. એટલે જ્યારે આપ અંદર જાવ છો તો અવશ્યમેવ એક આયામને પહોંચશો અને જાણશો કે તે પ્રકાશનો પ્રદેશ અંતઃપ્રકાશ છે. આ અંતઃજ્યોતિ અને આપનું જીવન એવી બે સપાટીનું નિર્માણ કરે છે. આપનું જીવન બાહ્યતમ સપાટી છે.

જે પ્રકાશ બહાર છે તે લગાતાર છે, કોન્સ્ટેન્ટ છે. પરંતુ તે આપને માટે લગાતાર નથી હોઈ શકતો. સૂર્ય ઉગશે અને આથમશે. સૂર્ય નથી સ્વયં ક્યારે ઉગતો અને નથી અને ક્યારે આથમતો. પરંતુ પૃથ્વીને માટે ઉગે છે પણ અને આથમે પણ છે. પછી રાત આવે છે. એટલે બહારના પ્રકાશમાં આપ સતત નથી રહી શકતા. કેવળ આંતરિક પ્રકાશમાં કોઈ ઉગવાનું યા આથમવાનું નથી, આથી સૂત્ર કહે છે - ‘સતત કેન્દ્રિત રહેવું’ લગાતાર. ત્યારે કોઈ રાત્રિ નથી હોતી ત્યારે પછી નથી કોઈ દૂબવાનું કે આથમવાનું હોતું, કારણ કે કોઈ ઉગવાનું નથી હોતું, પ્રકાશ ત્યાં છે આપના સ્વરૂપની માફક, આપના અસ્તિત્વની માફક, આથી સતત આ પ્રકાશમાં કેન્દ્રિત રહેવું જ સ્નાન છે અને સ્નાનનો હેતુ છે સર્વ કાંઈ જેનાથી કોઈપણ ચોંટી ગયું હતું નષ્ટ થઈ ગયું, વળગેલું, લાગેલું હતું તે ધોવાઈ ગયું, એટલું જ નહિ રૂપાંતરિત થઈ ગયું. તે બધું પ્રકાશ જ બની ગયું.

આ અંતઃપ્રવેશના બે ભાગ છે - પ્રથમ આપને પ્રકાશનો અનુભવ થશે, પછી, આપને પોતાના આત્માનો, આપનું હોવું (સત્તા-બીઈંગ) ની સફાઈનો અનુભવ થશે. ત્રીજી વાત આપને અમૃતનો, અમરતાનો અનુભવ થશે. કારણ કે એકવાર અહંકાર (ઈગો) ખતમ થઈ જાય, આપ અ-મૃત (મૃત્યુ રહિત) થઈ જાવ છો. એકવાર આપ ગહન એવા આ આંતર-આલોકમાં પ્રવેશ કરી જાવ છો તો આપ તે અમરત્વને પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.

પ્રકાશ વસ્તુતઃ સેતુ છે. સંસાર અને પરમાત્માની વચ્ચે, પરમાત્મા સંસારને નિર્મિત કરે છે. આ સૃજનાત્મક પ્રકાશથી, પ્રકાશ જ પ્રથમ સર્જન છે. અને પછી પ્રકાશ

ધનીભૂત થાય છે, અને પછી જીવન વધે છે અને પ્રેમ ઘટિત થાય છે. અ-મૃત્યુ (મૃત્યુ રહિતતા) નો જ્યારે અનુભવ થઈ જાય છે. તો તે પ્રેમ બની જાય છે, ત્યારે આપ બીજું કંઈ જ નથી કરી શકતા. ત્યારે એવું નથી કે આપ પ્રેમ નથી કરી કરતા. પરંતુ એવું છે કે આપ જ પ્રેમ થઈ જાય છે. પ્રેમ જ તમારો ગુણધર્મ થઈ જાય છે, પ્રેમ આપનું કોઈ કૃત્ય નથી, તે આપની સત્તા બની જાય છે.

પ્રકાશ છે અને પ્રકાશના બે ગુણ છે - પ્રકાશનું હોવું અને અસ્તિત્વનું હોવું. અત્યારે પણ પ્રકાશ અંતિમ નથી કારણ કે તેના બે ગુણ છે પ્રકાશ અને અસ્તિત્વ. ધર્મ કહે છે અસ્તિત્વ હોઈ શકે છે પ્રકાશ વિના પણ. પરંતુ પ્રકાશ અસ્તિત્વ વગરનો નથી હોઈ શકતો. આથી એક પગલું આગળ વધીને ધર્મ કહે છે ‘પરમાત્મા શુદ્ધ અસ્તિત્વ છે.’ એટલે ધાર્મિક લોકોના આ શબ્દ આ વાક્ય ‘પરમાત્મા છે’ એ ભ્રાંતિપૂર્ણ છે, કારણ કે ‘પરમાત્મા’ અને ‘છે’ બંનેનો એક અર્થ થાય છે. ‘મનુષ્ય છે’ કારણ કે મનુષ્ય નથી એવું પણ થઈ શકે છે, એટલે મનુષ્યનું અને તેનું હોવું (હોવાપણું) બે અલગ અલગ વાતો છે કે જે જોડવામાં આવી છે તેવું ‘ઘર છે’ એ ખરું છે. ઘર છે તે નહિ પણ હોઈ શકે આથી ઘર અને તેનું હોવાપણું બે અલગ બાબત છે એ જોડાયેલ વાત છે. કિંતુ પરમાત્મા છે એ કહેવું ઉચિત નથી. કારણ કે પરમાત્માનું તાત્પર્ય જ થાય છે. ‘હોવું’ (હોવાપણું) ‘ઈક્ષ્નેસ’ આમ કહેવું ‘પરમાત્મા છે’ પુનરુક્તિ કરવી છે. એ એટલું જ અર્થહીન છે જેમ કે એવું એવું કે ‘પરમાત્મા-પરમાત્મા’ અથવા ‘છે છે.’ આ બધું અર્થહીન છે, બેકાર છે, ‘હોવાપણું’ એ જ પરમાત્મા છે. એટલે ધર્મ તેને અધિક ટૂંકું કરે છે, અને કહે છે કે જ્યારે આપ પ્રકાશમાં પ્રવેશ કરો છો. એટલે પ્રકાશ માત્ર એનું ‘છે’માં, ‘તે’ માં અસ્તિત્વમાં પ્રવેશ કરો છો. એટલે પ્રકાશ માત્ર એનું ‘તે’ નું પ્રભામંડળ છે. જ્યારે આપ પ્રકાશમાં પ્રવેશ કરો છો ત્યારે તેના પ્રભામંડળમાં પ્રવેશ કરો છો. કિંતુ આપ જે ક્ષણે પણ આ પ્રભામંડળમાં ઘુસો છો, આપ ખેંચી લેવામાં આવશો અને તેમાં કોઈ સમયનો અંતરાલ નહિ રહેશે. કોઈ ગેપ નહિ હોય સમયગાળાનો.

જે કંઈ આપે અત્યાર સુધીમાં સ્વયં જાણ્યું છે, તે તમામ મરી જશે. આ સ્નાન છે મૃત્યુ. તે કે જે અત્યાર સુધીમાં આપે સ્વયંની બાબત જાણી રાખ્યું છે, સમજ્યા છો તે તાદાત્મ્ય, તે અહંકાર, વ્યક્તિત્વ બધું જ મરી જશે. કારણ કે એ તાદાત્મ્ય, અહંકાર, વ્યક્તિત્વ, એ બધું ધૂળ છે કે જે આપના પરમ અસ્તિત્વ પર જામી ગઈ છે. કેવળ આપનું શુદ્ધ અસ્તિત્વ બચશે નામ અને શક્તિ વગર. આ ક્ષણે તમામ અતીત અને ભવિષ્ય ત્યાં હશે. આ ક્ષણે શાશ્વત છે. આપ એટલા શુદ્ધ છો કે બધો સમય આપમાં એકત્રિત થઈ જાય છે. શુદ્ધ થયેલ અતીત ભવિષ્યને શુદ્ધ કરે છે અને આ ક્ષણે શાશ્વત બની જાય છે.

અને તે સૂત્ર કહે છે ‘આ તેચારીને માટે કરવામાં આવેલ સ્નાન છે.’ કેવલ અત્યારે જ આપ પ્રવેશ કરી શકો છો અને અહીં સુધી આપને પ્રયાસ કરવાની જરૂર છે. જે ક્ષણે આપ શુદ્ધ થઈ જાય છો, જે ક્ષણે આપ આ સ્થાન પરથી પસાર થાય છો, જે ક્ષણે પણ બધાં કર્મો ઘોવાઈ જાય છે, આપને કોઈ પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી.

આ બિંદુથી આપ પરમાત્માના ગુસ્ત્વાકર્ષણ ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરી જાય છે. આપ તેની અનુકંપાના ક્ષેત્રમાં છો. આ પૃથ્વીના ગુસ્ત્વાકર્ષણની માફક છે, કિંતુ આપને તેના ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરવો પડે છે, તેને આપણે પૃથ્વીની પકડની બહાર ફેંકવું પડે છે, ગુસ્ત્વાકર્ષણ ક્ષેત્રની બહાર, પૃથ્વીની ચારે બાજુ બસો માઈલ સુધી પૃથ્વીના ગુસ્ત્વાકર્ષણનો ઘેરાવ છે. જો આપ તે ઘેરાવમાં છો, તો આપ તરત ખેંચાઈ જશો. જો આપ બસો માઈલથી આગળ નિકળી જશો તો પૃથ્વી કંઈ પણ કરી શકતી નથી.

પરમાત્મા આપને નથી ખેંચી શકતા જ્યાં સુધી કે આપ પૂર્ણરૂપથી શુદ્ધ નથી થઈ જતા. જ્યાં સુધી આપ સ્વયં પ્રકાશ નથી થઈ જતા. ત્યારે આપ તે ગતિથી પરમાત્મામાં પ્રવેશ કરો છો. આથી આ પ્રકાશમાં પ્રવેશ અંતિમ પ્રયાસ છે. એક વાર આપ શુદ્ધ થઈ જાય, તો આપ ખેંચાઈ જવા લાગો છો. હવે આપને જવાની જરૂર નથી. આપ ખેંચાઈ લેવામાં આવી રહ્યા છો. આ ગુસ્ત્વાકર્ષણ જ પ્રભુની કૃપાની માફક જાણવામાં આવે છે. પરમાત્માનું ગુસ્ત્વાકર્ષણ જ પ્રભુની અનુકંપા છે, આ અનુકંપા કોઈ મદદ નથી. તે કોઈ કૃપા પણ નથી. તે એક નિયમ છે કેવળ નિયમ. પરમાત્મા કોઈ પર અનુકંપા પૂર્ણ નથી, એવું નથી. તે કોઈ પક્ષપાત નથી કરતા. પૃથ્વી કેટલાક લોકો માટે ગુસ્ત્વાકર્ષણ નથી. જે કાણે પણ આપ તેમાં પ્રવેશ કરો છો, નિયમ કામ કરવાનું શરૂ કરી દે છે. આથી એવું ન કહો કે પરમાત્મા અનુકંપાથી ભરેલો છે. નથી જ એ પરમાત્મા મદદગાર પણ, એમાં કચ્છા એ ખરું નથી. પરમાત્માનો અર્થ છે અનુકંપાનો નિયમ, ‘લો ઓફ ગ્રેસ’. તે નિયમ કામ કરવાનું શરૂ કરે છે જ્યારે એક વાર આપ સ્વયં જ પ્રકાશ થવા લાગો છો કે નિયમ તેનું કામ શરૂ કરી દે છે અને આપ ખેંચાવા માંડો છો. મેં કહ્યું કે પ્રકાશ જીવનનો આધાર છે. વિજ્ઞાન પણ આ કથન સાથે સહમત થઈ શકે છે. વિજ્ઞાન આ બિંદુ પર સમાપ્ત થઈ જાય છે. આની આગળ વિજ્ઞાનની પાસે કંઈ નથી. ધર્મની પાસે આથી આગળ પણ ઘણું બધું છે. કારણ કે, ધર્મ કહે છે પ્રકાશની પાર પણ અસ્તિત્વ છે.

મનુષ્યનું મન કેટલું મૂર્ખતાના માર્ગે છે આપણે પ્રત્યેક વાતને ક્રિયાકાંડ બનાવી દઈએ છીએ અને મહત્વ ખોવાઈ જાય છે, બચી જાય છે કેવળ મૂર્ખતાપૂર્ણ ક્રિયાકાંડ. એટલે જ્યારે આપણે મંદિર જઈએ છીએ તો સ્નાન કરી લઈએ છીએ. ત્યાં નથી કોઈ સ્નાન. મંદિર તો અંદર છે અને સ્નાન પણ અંદર ત્યાં જ થાય છે. અને તે સ્નાન, ઉપનિષદ્ કહે છે કે અંતર આલોકમાં સ્નાન છે. અમૃતાનું સ્નાન છે.

સાતમું મુત્ર

“ સર્વત્ર માવના ગન્ધઃ ૧ ”

બધી જગ્યાએ (સદા સર્વત્ર) તેની અનુભૂતિ જ એક માત્ર ગંધ છે.

ભારતીય દર્શન અસ્તિત્વને બે ભાગમાં વહેંચે છે. આપણે કોઈ વસ્તુની પ્રત્યક્ષ જોઈ ઓળખાણ કરાવીએ ત્યારે પ્રથમ ‘સૂત્ર’ કહીએ છીએ. બાળક પણ કંઈ બતાવીને માંગે છે. ત્યારે ‘આ, આ’ કહીને બતાવે છે. આ એટલે ‘ઈદં’ પ્રત્યક્ષ દેખાય તે જગત અને તેમાં રહેલી પ્રત્યેક વસ્તુની ઓળખાણ થાય છે. માટીનો ઘડો એ મૂળ સ્વરૂપે માટી જ છે. પરંતુ નામ આકાર મળ્યો એટલે ઘડો કહેવાયો. એટલે બધી માટીની વસ્તુથી અલગ થતાં ઘડારૂપ અહંકાર આવ્યો એટલે માટીની ન્યાતમાંથી બહિષ્કૃત થયો. માટીનો વિયોગ થયો. ખરેખર, મૂળ તો માટી છે. માટીથી અલગ થયો નથી. માટી તેમાં જ રહેલી છે. છતાં આ વિયોગ દેખાય છે તે નામ આકારથી જ છે બાકી વિયોગ જુદા પાડવાનું છે જ નહિ.

તે કે જાણી શકાય, તે કે સમજી શકાય. મનમાં ઉતારી શકાય, જેના તરફ આંગળી ચીંધીને સંકેત કરી શકાય, કે જેને બતાવી શકાય અને જે કે જોઈ શકાય, તે બધું ‘આ’ છે. જે બધાનો સમાવેશ ‘આ’ માં થાય છે. તે શાશ્વત નથી નાશવંત છે. અને તે કે જે જોઈ નથી શકાતું કિંતુ જેની સત્તા છે, તે જેને કે જાણી નથી શકાતું તો પણ જેનું અસ્તિત્વ છે, તે કે જેનું ચિંતન ન કરી શકાય, આમ છતાં પણ તે વિદ્યમાન છે તે સર્વ ‘તે’ માં સમાહિત છે. એટલે ‘ઈદમ્’ (આ) નો અર્થ થાય છે ‘જ્ઞાન અને જ્ઞેય’ અને ‘તે’ (તત્ત્વ) નું તાત્પર્ય છે અજ્ઞાત અને અજ્ઞેય. સત્યનો અર્થ થાય છે જ્ઞાત+અજ્ઞાત. આ રીતે સત્યનો અર્થ થયો આ + તે.

આ પ્રમાણે વસ્તુ માત્ર તરફનું ‘આ પણું’ સિદ્ધ છે. સત્તા, સામાન્યપણું, વિવેકે જાણવાનું છે અને તેના ઉપર નામરૂપ જગત ચિત્ર છે. જેમ અંજીરીઆ સાડીમાં અભાસ તેનો તે છે, છતાં રંગ જુદા જુદા બદલાતા ભાસે છે, તેથી તે કેવા રંગની છે તે નક્કી થઈ શકતું નથી, પરંતુ એ કપડું છે એ વાતમાં શંકા ઉઠતી નથી. એ જ પ્રમાણે સત્તાની વિલક્ષણતા નથી. ‘છે પણું’ દરેકમાં કાયમ છે. ‘છે’ ‘છું’ અને ‘છીએ’ અને ‘છું છાં છું છાં’ ગણવાનાં નથી, પણ તે પૂર્ણ હોવાથી સર્વને પૂર્ણ કરે છે.

સૃષ્ટિમાં જેટલા પદાર્થો મળુમ પડે છે, તેનાં નામ રૂપ જુદાં જુદાં છે, તો પણ તેનો સમાસ ‘હું’, તું અને ‘તે’ માં થઈ જાય છે. ‘તું’ અને ‘તે’માં પણ હું પણું છે. આપણે કોઈને ‘તું’ કહીને બોલાવીએ, તો તે પોતાને ‘હું’ સમજી જવાબ આપે છે. એવી રીતે પશુમાં પણ ‘હું પણું’ છે અને પથ્થર વિગેરેમાં પણ ‘હું પણું’ છે. આવી રીતે ‘હું પણું’ ઉપલક્ષ્ય જોતાં અનેક દેખાય છે, પણ વિચારથી જોતાં એક જ છે, વચમાં અભાવ હોય તો એકના બે કહેવાય. આકાશમાં પણ ‘હું પણું’ છે. જે આકાર થાય છે તે એકબીજાની અપેક્ષાથી થાય છે. તેથી આકાર નિરાકારની કલ્પના કાઢી નાંખી ‘હું પણું’ છે તે જોવું.

મન એકાગ્ર હોય તો જ આત્મા છે ને નહિ તો શું નથી ? ‘અહમ્ અહમ્’ પ્રગટ છે અને ‘ઇદમ્’ તો ‘ન સહમ્’ માં આવી જાય છે. જો કે આખું મેદાન પચ્ચું છે તો પણ થોડી

જગ્યા પર ઘેરાવો કરી ‘હું પણું’ કીધું તેથી તેની બહારનું પારકું થયું. ચૈતન્ય મેદાનમાં ‘હું પણું’ છે નહિ. માટે હું ના સ્ફુરણમાં ‘ન હું’ છે જ. અહમ્માં ઇદમ્ કલ્પેલું છે જ. ‘હું પણું’ સ્વાભાવિક બનેલું છે, તેમાં વિશેષભાવે ‘હું પણું’ ઊભ્યું, કે તેની સાથે ‘ન હું પણું’ (હું નથી) ઊઠે છે અને પારકાપણું થાય છે, તેથી જ ગ્રહણત્યાગ છે, નહિ તો સર્વ સદા પ્રાપ્ત જ છે.

પરમેશ્વર મનુષ્ય દ્વારા કલ્પના કરે છે. પછી તે ગમે તે મનુષ્યમાં પ્રેરે. સુધાર મનમાં કલ્પના ઉઠાવી ટેબલ કરે તો સોને માન્ય. સૌ તેને ટેબલ તરીકે જુએ. નામ કદાપિ ‘મેજ’ અથવા બીજુંઆપે. તેવી જ રીતે મૂર્તિકાર મનની કલ્પનાથી મૂર્તિ બનાવે રામની, કૃષ્ણની કે બુદ્ધની પછી તેના સ્વરૂપને ધ્યાનમાં રાખી અલગ નામ રાખે. એ જ રામ, કૃષ્ણ કે બુદ્ધ તેને બધા નામ પ્રમાણે માન્ય રાખે. એ જ મુજબ જીવ સૃષ્ટિ, ઇશ્વર સૃષ્ટિ એવો વિભાગ પડ્યો છે. જીવ સૃષ્ટિ અહંકારની છે, ઇશ્વર સૃષ્ટિ નિરહંકારની છે. જીવ-ઇશ્વર એક જ છે, બે નથી, એકનાં જ બે પાસાં છે. ઉપલું પાસું ઇશ્વર છે, નીચલું જીવ છે. જીવ ઇશ્વર બે મળીને પરમાત્મા નામ અપાય છે. જુદાં હોય તો કોઈ કોઈનું કબૂલ રાખે નહિ.

જે સત્તાથી વસ્તુ અને વસ્તુને સિદ્ધ કરવાનો ડોળ કરનારી ઇન્દ્રિયો સત્ય ભાસે છે, તે અખંડ સત્તા સર્વદા, સર્વથા, સર્વત્ર પ્રકાશી રહી છે તે જ સત્ય છે. આવું પરોક્ષ જ્ઞાન થાય તો માણસ સંસારને અડધો સમજતો થયો એમ માનવામાં વિલંબને કોઈ સ્થાન નથી. હવે આપણે અપરોક્ષ જ્ઞાન પ્રદીપ્ત થવાને મહાવાક્ય સમજવાનો જ વિલંબ છે. મહાવાક્ય પૈકી ‘તત્ત્વમસિ’ માં તત્ અને ત્વં ને વિષે અસિ પદની સત્તા સમજવી. અસિ ની સત્યતા સર્વત્ર વ્યાપક પણ છે, અને અસિ સિવાય બીજું કાંઈ જ નથી તેથી તત્ અને ત્વં પદની પોતાની અસત્યતા સમજી, તત્ તે જ ત્વં ને તત્ અને અસિ પદની પોતાની અસત્યતા સમજી, તત્ તે જ ત્વં અને ત્વં તે જ તત્, અસિ પદ આધારે છે અને અસિ પદ તે જ હું છું. એમ સત્તાની ઉપરની ભાસતી સ્ફૂર્તિ સત્તાથી જુદી નથી. જુદી મને તો મિથ્યા છે. એ નિશ્ચય સમજવામાં આવે, તો સંસારમાં કોને જ્ઞાની કોને અજ્ઞાની કહેવો ?

‘હું મને ઓળખતો નથી’ એમ કહેવું એ આત્મ હત્યારાનું કામ છે. આત્માનો સાક્ષાત્કાર થતો નથી એમ કહેવું એ ભૂલ છે. કુતર્કીઓ કહેશે કે તમને આંખ છે એમ તમે શા પરથી માનો છો. તમારી આંખ બહાર કાઢી તમે તેને કદી જોઈ છે ? આંખ બહાર કાઢી જોવાનું બનતું નથી, પણ હું જાણું છું કે મને આંખ છે, કેમ કે આંખ ન હોત તો હું દેખત કેવી રીતે ? આંખને કાઢી જોવાની કે બીજાને બતાવવાની જરૂર નથી. તે જ પ્રમાણે ચૈતન્યનો ચમત્કાર હજારા-હજુર સર્વત્ર છે. દરેક ઠેકાણે, દરેક કામમાં, પ્રત્યેક ક્ષણે પ્રકાશી રહ્યો છે. તે જુદો હોય તો જુદો કાઢીને બતાવીએ કેની ? માત્ર અનુભવથી જોઈ લેવાનું છે. ભક્તિ કવિ નરસિંહ મહેતાએ અનુભવ્યું તે પ્રમાણે ગાયું છે કે :-

“અખિલ બ્રહ્માંડમાં એક તું શ્રી હરિ, જુજવે રૂપ અનંત ભાસે,
ચિત્ત ચૈતન્ય વિલાસ તદ્દરૂપ છે, બ્રહ્મ લટકા કરે બ્રહ્મ પાસે.
દેહમાં દેવ તું, તેજમાં તત્ત્વ તું, શૂન્યમાં શબ્દ થઈ વેદ વાસે,
પવન તું, પાણી તું, ભૂમિ તું ભૂધરા, વૃક્ષ થઈ કુલી રહ્યો આકાશે.

ઘાટ ઘડ્યા પછી નામ રૂપ જૂજવાં, કનક કુંડળ વિષે ભેદ નહોયે,
 વૃક્ષમાં બીજ તું, બીજમાં વૃક્ષ તું, અંત તો હેમનું હેમ હોયે.”

આત્મ સ્વરૂપ સર્વનું બીજ છે, નામ રૂપમાં તે જ પ્રગટ છે. પ્રદેશ જાય ત્યાં પોતાનું દ્રવ્ય લઈને જાય, નોટોના બંડલ હોય કે હુંડી લઈને જાય, તેમાંથી પછી વેચાતું જોઈએ તે મળે. માટે દ્રવ્ય એ જ બીજ ગણાય છે. તેમ લિંગદેહ એ પણ બીજ છે. કે જે વટાવેથી સ્થૂળ દેહ પ્રાપ્ત થાય. સ્થૂળ શરીર પડ્યું રહે છે અને લિંગદેહ અનુભવ સાથે બહાર પડે છે. આત્મારૂપી દ્રવ્યથી જ્યાં જાય ત્યાં આનંદની રેલ છે.

“ઘી મખમલ તો બહે ગયે, અબ રહે ગઈ એક છાશ હૈ,
 કસ્તુરી મૃગ કી પાસ હૈ, ઓર સૂંઘતા હે સો ઘાસ હૈ.

એક ફૂલ તો ભૌતિક જગતનું જ પ્રગટ રૂપ છે, એક સુગંધ તેનું આધ્યાત્મિક રૂપ છે. આપ ફૂલને હાથમાં પકડી શકો છો, કિંતુ આપ એક સુગંધને હાથમાં નથી પકડી શકતા. એ ફૂલ ખરીદી શકાય છે કિંતુ સુગંધ ક્યારેય પણ નહિ. એક ફૂલ સીમિત છે જ્યારે સુગંધ અસીમ છે. એક ફૂલ તો કોઈ એક સ્થાન પર છે, પરંતુ સુગંધ તો બધી જગ્યાએ વ્યાપક છે. આપ નથી કહી શકતા કે તે અહીં જ છે, આપ નથી કહી શકતા કે તે ત્યાં છે. તે પણ બધી જગ્યાએ છે, તે તો આવે છે ચાલી જાય છે. એટલે જ ઋષિ કહે છે ફૂલ નહિ પરંતુ સુગંધ, એ સુગંધને પોતાની સાથે લઈ જાય. ત્યારે કેવળ તમે વાસ્તવિક મંદિરમાં પ્રવેશ કરી શકશો, કારણ કે મંદિરની પ્રમાણિકતા મંદિર પર નિર્ભર નથી, તમારા પર નિર્ભર છે. જો તમે પ્રમાણિક હોવ તો મંદિર પર નિર્ભર નથી, તમારા પર નિર્ભર છે. જો તમે પ્રમાણિક હોવ તો મંદિર પણ પ્રમાણિક થઈ જાય છે, ત્યારે કોઈપણ મંદિર કોઈપણ સ્થાને કામ કરશે. તેમાં કોઈ ફરક પાડનાર નથી.

આ સુગંધને પોતાની સાથે લઈ જાય કે જ્યારે આપ પૂજા માટે જઈ રહ્યા છો. પરંતુ ત્યારે કોઈ જવાનું નથી, કારણ કે કોઈ મંદિર નથી. ત્યારે સર્વ કંઈ મંદિર જ બની જાય છે. જ્યારે આપ તેને સર્વત્ર અનુભવો છો તો ક્યાં છે મંદિર ? ત્યારે ક્યાં છે કાશી - મથુરા, ક્યાં છે મક્કા ? ત્યારે તે સર્વ જગ્યાએ છે. ત્યારે સમગ્ર અસ્તિત્વ જ મંદિર બની જાય છે. આ સુગંધને પોતાની સાથે લઈ જાય.

આહ્યું સૂત્ર

“ દુઃ સ્વરૂપ અવસ્થાનં અક્ષતાઃ ૧ ”

પોતાના સ્વયંના સાક્ષી સ્વભાવમાં સ્થિર થઈ જવું જ અક્ષત છે કે જે છજ્યા વગરના અને અતૂટ (ખંડિત થયા ન હોય તેવા અક્ષત) પૂજા માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.

સંસાર આ શબ્દ જ અર્થસૂચક છે. સરી રહ્યો છે સમ્યક્ પ્રકારે તે સંસાર એવો અર્થ થાય છે, માટે એ કામ તો પહેલાં કરી લેવાનાં ? આત્મા-આપણે પોતે ચોવીસે કલાક એકસરખા. જ્યાં સુધી શરીર ઇન્દ્રિયો, પ્રાણ, અંતઃકરણ છે. ત્યાં સુધી ‘સાક્ષી’ તરીકે બધાની પાછળ છીએ જ, ફક્ત એમાં દબતા થયા કરે કે એ જ મારું અસલ સ્વરૂપ છે અને એમાં અહંતા (સોડહમ્ ભાવ) થયા કરે તો બધી બલા ટળે. શરીર, ઇન્દ્રિયો, અંતઃકરણ ચાત્યાં જાય પણ હું તો હતો, છું અને રહેવાનો અને ત્યારે સાક્ષી ભાવ પણ કેવો ? શરૂશરૂમાં દબતા થવા માટે શરીર વગેરેમાંથી ‘અહમ્’ ઉઠાવી સાક્ષીમાં અહમ્ ગોઠવવાનો છે, અને એ જ તપ, એ જ યોગ, એ જ જ્ઞાન અને એ જ કર્મ કરવાનું છે. તપ, યોગ, ભક્તિ, જ્ઞાન કાંઈ જુદાં જુદાં નથી, પણ જ્ઞાનીઓ, જુદા જુદા સ્વરૂપે કથન કરે છે. અને તેથી જેમની સમજણ કાચી હોય છે તેની બુદ્ધિમાં વેમનસ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. બધાનું સમાધાન કરતાં આવડી જાય તો કોઈ શંકાને સ્થાન નથી. ભક્તિ કરે તો પણ સારું યોગ કરે તો પણ સારું અને જ્ઞાન પ્રાપ્તિ કરે તો પણ સારું છે. સંસારને ભૂલવામાં શાંતિ છે. જેનાથી જે રીતે ભૂલાય તે રીત તેણે અખત્યાર કરવાની છે. પરંતુ શરત એટલી સમજીને ભૂલાય તો આનંદની જડ જામી શકે. નહિ તો પછી વેવલાપણું, શુષ્કતા આવી જાય. ગીતાગ્રમાં જેને મિથ્યાચાર કહ્યો છે તે એકે સમગ્રએ એક અને આચરણમાં એથી ઉલટું બીજું. સમજણપૂર્વક આચરણ થાય તો મિથ્યાચારની સંભાવના રહેતી નથી.

આપણે શુદ્ધ સ્વરૂપ, વિશુદ્ધાનંદ, સાક્ષી ચૈતન્ય છીએ. ન માનીએ તો પણ એ વાત સત્ય છે. આપણું સ્વરૂપ દેહ, મન, ઇન્દ્રિયો વગેરેના ભાવોથી પર છે. જે બધી ગરબડ છે તે મનની છે અને તે મન પણ ક્યારે થાય કે જ્યારે આપણા એક જ દેહને સત્ય માની તેના સંબંધીઓને સત્ય માનીએ ત્યારે. એ આપણો સુષુપ્તિ અવસ્થાનો દરરોજનો અનુભવ છે. જે અવસ્થા આપણે સુષુપ્તિ અવસ્થામાં અજ્ઞાનતાથી અનુભવીએ છીએ, તે જ જાગ્રત અવસ્થામાં અનુભવીએ ત્યારે જ ખરી આનંદની ઝડી જામે છે. એટલે જાગ્રતમાં શરીર અને મનમાં અહં મૂકીએ જ નહિ, પણ એ શરીર અને મનના વ્યવહારને જાણનાર ‘હું’ માં જ મૂક્યા કરવાનું છે. આપણાં એ શરીર અને મનના વ્યવહારને જાણનાર ‘હું’ છું એ સનાતન સત્ય છે. એ અનુભવે સમજાય છે. આપણી જેટલી ક્રિયા દરરોજ બદલાતી જાય, તે દરેક વખતે એટલું જ પૂછ્યા કરીએ કે આ ક્રિયા કરનાર કોણ ? એ ક્રિયા કરાવનાર કોણ ? અને હું કોણ ? એ ત્રણ પ્રશ્નો મૂક્યા જ કરીએ. બહાર બોલવાનું કાંઈ જ નહિ. આથી તરત જ સમજાશે કે એ ક્રિયા શરીર કરે છે,

અને મન તથા પ્રાણ ક્રિયા કરાવવામાં કારણભૂત છે. ‘હું’ તો તમામ ક્રિયાને (બધાને) સાક્ષી માફક જોયા જ કરું છું. એ ક્રિયાઓ થાય કે બંધ રહે ત્યારે પણ ‘હું’ તો છું જ. તે વખતે સાક્ષીભાવ રહેતો નથી. આ સાચી અનુભવની વાત છે. એ જ ખરી સ્થિતિ છે. એ અનુભવ જ દૃઢતાને પામવો જોઈએ. એ એટલે સુધી દૃઢ થવો જોઈએ કે જેમ આપણે શરીર છીએ, અને બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય કે અમુક વર્ણના છીએ એ જેટલું દૃઢતાને પામ્યા છીએ તેવું થવું જોઈએ. એવી દૃઢતા ન આવે, ત્યાં સુધી વખતો વખત ઉપર પ્રમાણે ગોઠવ્યા કરવું જોઈએ, અને યોગ કહે છે. કોઈ આત્માની ભક્તિ કહે છે, કોઈ જ્ઞાન કહે છે અને કોઈ વિચાર કહે છે. એ ઝઘડામાં પડવાની આપણે આવશ્યકતા નથી. આપણે તો બધાથી પર છીએ. એમાં ભક્તિ નથી, યોગ નથી, કર્મ નથી, જ્ઞાન નથી, છતાં બધું જ છે.

હું શરીરની ક્રિયાઓ અને ક્રિયા કરાવનાર મન અને પ્રાણને જોનારો ‘સાક્ષી’ ગુપ્તની પ્રત્યેક ક્ષણે હજારહજૂર છું. એટલે હું શરીર, મન, પ્રાણ વગેરેથી પર એ બધાને જાણું છું. મને કોઈ જાણે નહિ. એથી શરીર, મન, પ્રાણ હું નહિ. જ્યારે હું શરીર નહિ ત્યારે મારે કોઈ સંબંધી નહિ, રોગ નહિ, જન્મ મરણ નહિ, મન નહિ, એટલે સુખ-દુઃખ, કામ-ક્રોધ, લોભ-મોહ, રાગ-દ્વેષ, બંધ-મોક્ષ મારે કોઈ નહિ, પ્રાણ નહિ, એટલે ભૂખ-તરસ નહિ. જે કાંઈ થાય તે શરીર, મન, પ્રાણ વગેરેને થાય છે, મારે કોઈની સાથે કોઈ સંબંધ નહોતો, નથી અને રહેવાનો નથી.

ધ્યાનમાં રાખો કે આપણે સૌ સાક્ષી આત્મા છીએ. જ્યારે મન વિહ્વળ બને છે ત્યારે દેહ-દૃષ્ટિ થઈ જાય છે. આત્મા વગર કંઈ થયું નથી-થવાનું નથી. આ દૃષ્ટિ આનંદપ્રદ છે, અને એ જ યથાર્થ દૃષ્ટિ છે. કોઈનું સાંભળશો નહિ. સમાધિ તો ત્યારે થાય જ્યારે સઘળાં સગાં સંબંધી દૃષ્ટિમાંથી સાફ થઈ જાય, માલ મિલકત ઉપર જળ ફરી વળે અને જ્યાં ત્યાં ચૈતન્ય સમુદ્રની રેલ રહે. સઘળા આત્મા આપ જ છો. જ્યાં ત્યાં આત્મા આપ પોતે જ છો, જુદા થયા નથી, જુદા થવાના નથી. આ જ યથાર્થ આનંદ સ્વરૂપ દૃષ્ટિ છે. આપણા પોતા (આત્મા) સિવાય કોઈ વિચાર આવવો ન જોઈએ. સૌથી પહેલાં શરીર અને મનથી અલગ થઈ વિચાર કરવો કે મારા સિવાય બીજું કોઈ દેખાતું નથી. જો હું નથી તો આ જગત ક્યાં છે ? મારા અસ્તિત્વ વડે જગત પૂરવાર થઈ શકે છે. હું આનંદ સ્વરૂપ છું, તો જગત પણ તે સ્વરૂપે છે. સઘળાં કામ સ્વાભાવિક થતાં રહે છે. તેમાં મારે સંકલ્પ શા સારું ઉઠાવવા ? સંકલ્પ કરવો એ જ સંસાર છે, હું પૂર્ણ હોઈને સંકલ્પ ઉઠાવું તો અપૂર્ણ બનું છું.

જેવું આપણું સ્વરૂપ છે તેવું જ જ્ઞાની, અજ્ઞાની, યોગી, ભક્તો અને જેને પતિત (પતન પામેલા) ગણે છે તે સર્વનું સ્વરૂપ છે. માત્ર તેના અનુભવવામાં ન અનુભવવામાં ફરક છે. કોઈ એ પ્રમાણે કહે છે કે નહિ અથવા કેમ કરતા નથી એ વિચાર પણ છોડીએ. એટલી આસક્તિ પણ શા માટે જોઈએ ? આમ કરતાં બધી વાસનાઓ આછી-પાતળી થઈ જશે અને કોઈવાર તો એવું થઈ આવશે કે મારે જોઈએ શું ? મારે કોનો વિચાર કરવો ? મારે સંકલ્પ કેવો ? મારે કોને યાદ કરવો ? સૌ સૌના સ્થાનમાં બેઠાં છે, તેમાંથી આપણે તેમના આનંદનો ભાગ કેમ કરીએ ?

શરીર, ઇન્દ્રિયો, મન સૌ પોતાના સ્વભાવ અનુસાર કામ કરતા રહે છે. એ શરીર મનનું ચિંતવન કરશો નહિ. એ શરીર મન વિચારવા યોગ્ય નથી. જે કંઈ કામ સ્વાભાવિક મળી જાય તે કરતા રહેવું. આવી મળે તો ઠીક ! ન મળે તો ચ ઠીક ! આપની મસ્તીમાં રહેશો. વ્યવહારમાં જે જે કામો આવી પડે તે શરીર પાસે કરાવીએ અને તે પણ પ્રસન્ન ચિત્તથી. કદાચ કોઈ સમયે કામ બગડે તો બીજી વાર સાવધાન રહીએ, પણ કંટાળો લાવી મનને નિર્બળ ન બનાવીએ. આપણે કર્મ કરતા જ જઈએ પણ આસક્તિ વિના ‘હું’ અને મારાપણાની ભાવના વિના. કર્તવ્યનો બોજો માથે લઈ કાર્ય કરીએ તેમાં સિદ્ધિ નથી. જે કામ થાય તે કર્યા કરવું. હા, તેમાં આળસ કે હરામખોરી પ્રવેશી ન જાય તેની સાવધાની રાખી તપાસતાં રહેવું. પછી તો ધીરે ધીરે જાણવા ન જાણવાના ભાવને પણ તિલાંજલિ આપવાની છે. કારણ કે ભાવમાત્ર અંતઃકરણ સુધી જ છે, ‘હું’ મનના અગર અંતઃકરણના બધા ભાવોથી પર હતો અને રહેવાનો છું. એ બધા ભાવોને હું જાણું છું, મને કોઈ જાણતું નથી.’ આટલો વિચાર કરીને ઊઠો ત્યારે ઊઠો, થોડી થોડી વારે વચમાં વચમાં મનનું મૌન કરી શાંતિ જાળવી લેશો તો ઉપર ગયેલું મન સો ટકા ઠેકાણે આવી જશે. આ તો અનુભવ કરીને જોઈ લેવાની નક્કર બાબત છે. ચાહે હિંદુ, મુસલમાન, પારસી, ખ્રિસ્તી, યહુદી, જૈન હોય તે કરી જુએ છે, અને શાંતિ મળે છે કે નહિ તે અનુભવી શકે છે, એમાં શંકા કરવા જેવું નથી. અલબત્ત, થોડી સુસંસ્કારી બુદ્ધિ હોય, જરા વધારે લગની લાગી હોય એવા જિજ્ઞાસુને સંત સમાગમ મળી જાય તો પછી આનંદનું પૂછવું જ શું ?

કરવાનું કંઈ નથી પણ આત્મામાં દબતા ન હોય તો વખતો વખત થોડી થોડી વારે મનને આત્મામાં જોડ્યા કરવાની ટેવ પાડવાની છે. આમ કરતાં કરતાં ઘાટ બેસી જશે. આપણું અને સમગ્ર બ્રહ્માંડનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ ‘આત્મા’, સાક્ષી, પરબ્રહ્મ વગેરે છે. એટલે ઊઠીએ ત્યાં પ્રશ્ન પૂછતા જ ઊઠીએ કે કોણ ઊભું ? શરીર ઊભું શરીરને કોણે ઊઠાડ્યું ? મને ઊઠાડ્યું. અને ‘હું’ શું કરતો હતો ? ‘હું’ તો શરીર ઊભું, મને તેને ઊઠાડ્યું એ ક્રિયાને રાત-દિવસ સાક્ષી માફક જાણ્યા કરતો હતો, એ શરીર-મન વગેરે જગતાં હતાં ત્યારે કે ઊંઘતાં હતાં ત્યારે પણ ‘હું’ તો એ અખંડિત જાગ્યા કરતો હતો. મારામાં કંઈ ફેરફાર થયો નથી, થવાનો નથી. શરીર-મન વગેરેના ભાવને લીધે ‘સાક્ષી’ ભાવ કહેવો પડે છે, બાકી ‘હું’ સાક્ષી અસાક્ષી ભાવથી પર જ છું. ‘હું’ શું દુઃખને રડું કે શાંતિભાવનું વર્ણન કરું ? આ બ્રાહ્મી સ્થિતિ છે. આ સ્થિતિ અંત સુધી રાખવાની છે. જેને વિષયો અને મન ઉપર સંયમ નથી તેને માટે સરળ છે. જેને વિષયો ઉપર અને મન ઉપર સંયમ નથી તેને માટે અલગ છે. ખરું પૂછો તો આ વાત એટલી બધી સરળ છે કે નાનું બાળક, સ્ત્રી, પુરુષ, ભણેલો કે અભણ આટલું કર્યા કરે તો શાંતિમય જીવન ગાળી શકે. જગત તરીકે જોઈએ ત્યારે લાગે છે કે તે બદલાયા કરે છે. એ બદલાતા જગતને સત્ તરીકે માનીએ તો શાંતિ આવવાની ક્યાંથી ? એ બદલાતા જગતમાં એક અધિકારી તત્ત્વ રહેલું છે. તેનો અનુભવ સતત કરતા રહેવાનો છે. બંગડી વિકારી છે, સોનું અધિકારી છે. જગત એટલે જેને નામ અને રૂપ છે તે, આપ બધા અગાધ છો, આ સાડા ત્રણ હાથનું પિંજરું નથી એટલું તો ઘૂંટતા રહેજો.

મારે ‘આત્માને’ કોઈ વસ્તુની જરૂર નથી. સૌના શરીર પ્રારબ્ધને આધીન છે. પ્રારબ્ધ વશાત્ જે મળવાનું હશે તે અવશ્ય આવી મળશે. ન મળે તો તેની ચિંતા શા માટે

કરવી ? મનને ભૂત-પિશાચની માફક અહીં તહી દોડવાની ટેવ પડી છે. હવે મનને રોકવા માટે ‘હું આત્મા-સાક્ષી’ છું. એવો હૃદયપ્રવૃત્તિ (અંતરથી) અનુભવ કરતા રહેવો. અને તેમ કરવામાં શ્રમ નથી પડવાનો. આ જ સત્સંગ છે.

જ્યાં સુધી આ મન આત્મા-સાક્ષી-ચૈતન્યને મળીને શાંતિ નહિ મેળવે, ત્યાં સુધી એને અવિદ્યા છોડવાની નથી. અને અવિદ્યા હશે ત્યાં સુધી શાંતિ મળવાની નથી. તેથી મનને તો હરહંમેશ આત્મામાં સ્થિત કરવાનો પ્રયત્ન કરતા રહેવો. જ્યારે શરીર આપણું નથી ને આપણે શરીરથી જુદા છીએ, તો પછી તેના સંબંધીઓ આપણાં ક્યાંથી થશે ? આપણે તો શરીરથી જુદા છીએ અને રહેવાના એટલે હું આત્મા સિવાય બીજો કોઈ નથી એવું ચિંતવન કરવું શ્રેષ્ઠ છે. શરીર અગર અંતઃકરણ સાથે મારો સંબંધ છે જ નહિ અને થવાનો નથી. શરીર તો પંચમહાભૂતોનું છે અને તેમને આ શરીરનું દાન દેવું જોઈએ અને આવું દાન દેવામાં કંઈ ઉપકાર નથી, કારણ એ તેમનું છે. આપણા અહંકારે વચમાં પડીને તેને પોતાનું કરી લીધું હતું. તેમનાથી છીનવી લીધું હતું. આપણો સાચો અહંકાર આત્મામાં જોઈએ, જે જૂઠો-ખોટો અહંકાર શરીર અને મનમાં રાખ્યો છે તે ત્યાંથી ખેંચી લેવો જોઈએ. કારણ કે, શરીર આદિમાં અહં થવાથી મનુષ્યને સુખ-દુઃખના માર્ગમાં ફસાવે છે. અહં એ મોટી માયા છે. એને તોડવી એ યોગ છે, એ જ્ઞાન છે, એ ભક્તિ છે, એ કર્મ છે, જો થોડું સરખુંયે ધ્યાન રખાય અને પોતાનાં સર્વ કર્મો પર નજર રાખે તો મનુષ્ય સીધો થઈ જાય અને ‘આત્મા’ સ્વરૂપમાં દૃઢ બને. કોઈ સ્વરૂપમાં એનો શોધવાની જરૂર નથી. એની પાછળ દૃઢતાથી મંડ્યા રહેવું જોઈએ. લોકોને જેટલા વાદ-ફિલસૂફી કરવી હોય તે કરવા દો. ઇન્દ્રિયોના ધર્મો બદલાવાના નથી, મનના ધર્મો પણ મનરૂપે બદલાવાના નથી. ‘હું અને મને’ જે મનના ધર્મો દુઃખરૂપ થતા હોય તો તેથી પર રૂપ રહેવા પ્રયાસ કરવો. પણ મને તો કોઈ સ્પર્શતા નથી આમ જો દૃઢતા થઈ ગઈ તો માણસ તરીકેના જન્મની સાર્થકતા છે.

શરીર, વાણી, મનથી આપણે પોતાની જ સેવા કરી રહ્યા છીએ. કોના ઉપર ઉપકાર કરીએ ? એટલે આપણાં શબ્દકોષમાંથી ઉપકારની ભાવનાને રદબાતલ કરવી રહી. પણ સેવા શબ્દ રાખીએ તો તેમાં અહંકારની નિવૃત્તિ થાય છે, એ અહંકાર જ ભેદ ઉત્પન્ન કરી સુખ-દુઃખ, રાગ-દ્વેષ, વગેરે ઢ્રંઢ્રને પેદા કરે છે, માટે એનો (અહંકારનો) આ રીતે છેદ ઉડાડતા રહીએ.

જીવતાં જેને નિશ્ચય થઈ ગયેલો છે, જેણે પોતાના સાક્ષી સ્વરૂપને અનુભવ્યો છે અને આ બ્રહ્માંડ તથા બ્રહ્માંડો આત્મા સિવાય બીજું કોઈ તત્ત્વ જ નથી. તે જીવન્મુક્ત છે. તે જીવ તો હોવા છતાં સર્વ બંધનોથી મુક્ત છે. આવો જીવન્મુક્ત સર્વ વ્યવહારો કરતો છતાં વ્યવહાર કે કર્મથી બંધાતો નથી. કારણ કે તે દેહભાવે કે મનભાવે કાંઈ કરતો નથી. તે અહંકાર કે જે બધાનું મૂળ કારણ છે તેને દેહથી માંડીને અંતઃકરણ સુધી કશામાં મૂકતો નથી. તે રાગ-દ્વેષ, સુખ-દુઃખ વગેરે ઢ્રંઢ્રોથી પર હોય છે. તે સુખ દુઃખને ખરાં માનતો નથી. જ્યારે તે અનુભવે છે કે, મારો જન્મ જ નથી તો મરણને તો સત્ય જ માને જ કેમ કરી ? જ્યાં સુધી અંતઃકરણ છે ત્યાં સુધી સાક્ષીભાવનું કથન કરી શકાય. પણ જ્યારે અંતઃકરણનો અભાવ અનુભવાય, ત્યારે આ સાક્ષીભાવ કેમ કરી કહેવાય ? સાક્ષી ભાવની સંજ્ઞા પણ મુમુક્ષુને સમજાવવા માટે છે.

શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્મા ગીતામાં જુદા જુદા પ્રસંગે દેહ, મન, આત્માને પોતાના તરીકે કથન કરે છે. પરંતુ શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ તો આત્મા સાક્ષી છે. ભક્તો

દેહભાવે પ્રથમ શ્રીકૃષ્ણને ઉપાસે છે, પછી વધતા વધતા આત્મભાવે ઉપાસે છે અને છેવટે તે આત્મા બીજો કોઈ નથી પણ પોતે જ છે એમ અભેદરૂપે ઉપાસી છેલ્લે એ ભેદ-અભેદને ઉઠાવી મારામાં કોઈ ભાવ નથી જ. મારામાં તો બેપણું ચે નથી અને એકપણું પણ નથી. આ અંતિમ સ્થિતિ છે. આ સ્થિતિને વિજ્ઞાનની સ્થિતિ કે જીવન્મુક્તની સ્થિતિ કે બ્રાહ્મી સ્થિતિ કહે છે.

કેટલાક તત્ત્વજ્ઞો એમ કહે છે કે :- મન અને વાણી આત્માને પહોંચી શકતાં નથી એ ખરું, પરંતુ મનરૂપી મહાસાગરમાં ઊઠતા વિચારરૂપી તરંગોને આત્મા જાણી-જોઈ રહ્યો છે. એ જ પ્રકારે વાણી અને વાણીમાંથી ઉદ્ભવતા વચનોરૂપ તરંગોનો પણ આત્મા સાક્ષી છે.

શરીરને ભૂલવામાં સાચું આરોગ્ય છે. તેને આપણે ગાઢ નિદ્રામાં ભૂલીએ છીએ. ત્યારે બીજે દિવસે સવારે આપણે ખૂબ જ સ્ફૂર્તિ અનુભવીએ છીએ. આપ તો આરોગ્ય સ્વરૂપ છો. શરીરના સ્વભાવ પ્રમાણે તેમાં વધઘટ થાય, પણ આપના સ્વરૂપમાં વધવા-ઘટવાપણું છે જ નહિ. રોગ સાથે જ્યારે મન જોડાય જાય ત્યારે શરીર ઉપર વધારે અસર થાય છે. એ વખતે ઊલટો વિચાર લાવવો અને ખૂબ આનંદ કરવો. આનંદમાં પ્રયત્નશીલ રહીશું તો આનંદ મળશે અને મોઢું દિવેલીયું રાખીશું તો પોતે દુઃખી થઈશું અને બીજાને અકારા થઈશું. મનુષ્ય માત્રને જો આ જ્ઞાન થઈ જાય તો આનંદનો પાર નથી. ઉપરથી બારે મેઘ મુશળધારે વરસે કે અગ્નિનો કોપ વરસે તો પણ તત્ત્વજ્ઞ સ્વરૂપસ્થ રહે છે. પોતાના સ્વરૂપમાં સ્થિત થતા જવાય તેમ તેમ શરીર ખૂબ ભૂલી જવાય છે. જ્યારે સ્વરૂપ સ્થિતિ ચાલતી હોય ત્યારે જપ, ભક્તિથી તેમાં અંતરાય નાંખવો નહિ. જપ વગેરેથી શરીરને ભૂલી જવાય છે. પણ તે થોડીવાર માટે. પણ સ્વરૂપ સ્થિતિથી બમણો લાભ થાય છે, એક તો શરીરને ભૂલવાનો અને બીજો સ્વરૂપસ્થ થવાનો.

ઉપર પ્રમાણે વિચારતાં રહેવાથી આપમેળે શાંતિ આવતી જશે, થવાનું થાય છે, ન થવાનું થતું નથી થતું, પણ હું તો શાંત સ્વરૂપ જેમનો તેમ છું. મારામાં તો કંઈ થતું નથી કે થવાનું છે. હું તો આનંદ સ્વરૂપ ચૈતન્ય સ્વરૂપ સાક્ષી છું. શરીર અને મનના વ્યાપારો મને સ્પર્શી શકતા નથી.

જ્યાં શરીરને ભૂલવાની વાત છે, ત્યાં આ બધું અધોગતિએ લઈ જનારું છે, માટે જીવન્મુક્ત પુસ્ત્રો તે તરફ દષ્ટિ જ કરતા નથી. જીવન્મુક્ત દશામાં આ જગત જોતાં, આખું સાક્ષી સ્વરૂપ નજર સમક્ષ હાજર થઈ જાય છે.

જીવન્મુક્ત થયેલા મનુષ્યની ઓળખાણ આ રીતે થાય છે, તેઓનું મન જાણે બ્રહ્મનું ધ્યાન કરતું હોય, વચન જાણે સ્તુતિ કરતું હોય, અને ચરણ જાણે (બ્રહ્મની) પ્રદક્ષિણા કરતા હોય એમ પોતાને જણાય છે. ષડ્રિપુઓ ષડ્ભિત્રો બની રહે છે. ક્રોધ ક્ષમનું રૂપ લે છે. અભિમાન સન્માનનું રૂપ લે છે, કપટ સરળતાનું રૂપ લે છે. લોભ સંતોષનું રૂપ લે છે. મોહ પ્રેમનું રૂપ લે છે. કામ પૂર્ણ કામ અર્થાત્ વાસના રહિત થતો જાય છે.

જે જે પદાર્થને આપ જાણો છો તેનાથી આપ ન્યારા છો. શરીર, મન વગેરે બધાના વ્યવહારને જાણનાર સાક્ષી પણ આપ છો. આપણે ન હોતા જાણતા ત્યારે પણ તેમ હતું. જાણીએ છીએ ત્યારે તેમ છે અને ભૂલી જઈએ કે યાદ ન આવે તો પણ તેમ જ છે, એમાં શંકા હોવી ન જોઈએ. આ બધાનો અનુભવ છે તે જ અક્ષત છે, અતૂટ અને અખંડિત ભાવ છે. તેને પરમાત્માની પૂજામાં ઉપયોગમાં લેવાનો છે. તે અક્ષતરૂપ ભાવનું અર્પણ એટલે જ સૂત્ર મુજબ - દૃક્ સ્વરૂપ અવસ્થાનં અક્ષતાઃ ૧ છે.

નવમું સૂત્ર

“ ચિદાપ્તિઃ પુષ્પમ્ ૧ ”

ક્યા ફૂલ છે કે જે પૂજાને માટે ઉપર્યુક્ત હોઈ શકે છે ?
ચેતન્યથી ભરપૂર હોવું તે પુષ્પ છે.

‘ચિત્તિ સંજ્ઞાને’ ધાતુથી ‘ચિત્’ શબ્દ બને છે. એનો અર્થ છે ‘જ્ઞાન પ્રાપ્તિનું સાધન’. આ જ્ઞાન સ્વરૂપ ‘જીવાત્મા’ ના સંયોગથી અથવા પ્રતિબિંબના પડવાથી બિંબ-બિંબી ભાવને પ્રાપ્ત થાય અને ચેતનવત્ બનીને ‘જીવાત્મા’ ને માટે જ્ઞાન તથા કર્મ દ્વારા સમસ્ત ભોગોનું સંપાદન કરે છે. જીવાત્મા સહિત તમામ સંસ્કારો અથવા પાસનાઓ તથા સ્મૃતિને બીજરૂપમાં અવ્યક્ત ભાવથી અવધારણ કરનારા, આત્મ સંયોગથી સદા વિશેષ પ્રખ્યાશીલ અથવા સુદીપ્ત અને ગતિશીલ બની રહી ‘સૂક્ષ્મપ્રાણ’ રૂપી ક્રિયા અથવા જીવની શક્તિના ઉત્પાદક જીવાત્માના સ્વરૂપના પ્રકાશક કે ધોતક, આત્મ સંયોગથી સદા ચેતન જેવું ભાસનાર, અને સંકોચ વિકાસશીલ હોવાથી મધ્યમ પરિમાણી, જ્ઞાનવાસના પ્રધાન ચિત્ત છે.

‘બ્રહ્મ’ અને પ્રકૃતિના નિત્ય વ્યાપ્ય-વ્યાપક ભાવ સંબંધને કારણે મહાપ્રલયના પછી ફરીથી ‘બ્રહ્મ’ ના ઈક્ષણ દ્વારા ‘સર્ગ’નો આવિર્ભાવ થાય છે, ત્યારે અવ્યક્ત પ્રકૃતિથી સર્વ પ્રથમ મહાઆકાશ, કાળ, દિશાની પછી ‘મહત્-સત્ત્વ’ આજ તમામ વ્યષ્ટિ-ચિત્તોનું નિર્માણ કરે છે, એટલે વ્યષ્ટિ-ચિત્તોની ઉત્પત્તિનું ઉપાદાન કારણ તથા ‘બ્રહ્મ’ નિમિત્ત કારણ છે. ‘ચિત્તં હિ પ્રભુયા - સ્થિતિ શીલત્વાત્ ત્રિગુણમ્’ (યોગ.વા.૨/ સૂ.૨) સૂત્રના વ્યાસ ભાષ્યમાં પણ ચિત્ત પ્રખ્યાશીલ-પ્રવૃત્તિ-સ્થિતિ શીલતાને કારણે ત્રિગુણાત્મક જ છે.

ચેતના, જ્ઞાન તથા ક્રિયાનો સાક્ષાત્કાર-જ્ઞાન તથા ક્રિયાને પૃથક્ નથી કરી શકાતી, એટલે એ બંને એક સાથે જ પ્રત્યક્ષ થાય છે. પ્રકૃતિના ત્રિગુણ સમુદાયનું પ્રથમ નિર્માણરૂપ ‘મહત્’ ના કાર્યાત્મક અંશભૂત આ ‘ચિત્’ જ્યાં પદાર્થોનું પ્રકાશક છે, ત્યાં જડત્વનું પરિણામ હોવાથી ‘જડ’ પણ છે, પરંતુ એ ચેતનવત્ કાર્ય કેવી રીતે કરે છે ? આ તથ્યને સાક્ષાત્ કરવાનું છે. જ્ઞાનની સાથે જ ચિત્તમાં આત્મ સંયોગથી નિરંતર ઉત્પન્ન થઈ રહેલ ક્રિયાને પણ જોતા રહેવાનું છે, કારણ કે જ્ઞાન અને ક્રિયા એ બંને સ્વરૂપતઃ જુદા હોવા છતાં પણ અહીં આગળ સૂક્ષ્મતા હોવાને કારણે અભિન્ન પ્રતીત થાય છે. એટલે ચિત્તમંડળના મધ્યમાં ધ્યાનના તીવ્ર કુશાગ્ર વિજ્ઞાન દૃષ્ટિથી નિશ્ચલ રૂપથી જોવાની આવશ્યકતા છે. ચિત્તમંડળના અંતઃકેન્દ્રમાં સ્થિત એક સજીવ કણના સમાન પ્રતીત થઈ રહેલ સુદીપ્ત, સુંદર આત્મા પોતાની સત્તાથી પ્રતિબિંબિત, અતિ સૌમ્ય, આલ્હાદક સૂક્ષ્મ જેવી આત્મા અથવા જ્યોતિને ઉત્પન્ન કરે છે, અને અતિ તીવ્ર કિંતુ અદૃશ્ય જેવી ગતિથી આ આત્મા ચિત્તમંડળના કણકણને વ્યાપ્ત કરતી અને પોતાની ચેતનાથી રંજિત રહી ચિત્તમંડળના કિનારાઓ તરફ વધતી ચાલી જાય છે. તાંબામાં જેમ વિદ્યુત અદૃશ્ય ગતિથી તરત જ ફેલાઈ જાય છે, તેવી રીતેની પ્રક્રિયા આ

સમયે ‘ચિત્તમંડળ’ માં પણ થાય છે, માનો ગતિ પર બેસીને જ જ્ઞાન પ્રકાશ ચેતના ચાલી-રહી છે. ચેતનાથી જ્ઞાનની સૌમ્ય જ્યોતિને ચિત્તની ‘પ્રખ્યાશીલતા’ સૂક્ષ્મ લહેરો જેવી પણ ચિત્તના પ્રકાશથી એવી પ્રતીત થાય છે, જાણે વહેતા જળમાં દૂધીયો રંગ મળ્યો હોય અને તે વહેતા જળને આદિત્ય રશ્મિઓ અધિક ભાસ્વર બનાવી રહી હોય. કિંતુ સત્વ પ્રધાન નિર્મળ જળની ઘવલતા તો ‘ચેતના ચા જ્ઞાન’ ની જ્યોતિ છે. અને એની ક્રિયા ચિત્તની ચપળતાની ધોતક છે. જળની ઘવલતાના દર્શન તો નેત્રોથી થાય છે. એવી રીતે અહીં ચિત્તમાં ક્રિયાનું જ્ઞાન થાય છે. આ સ્થિતિમાં થોડા વધારે ઊંડાણથી જોઈએ તો આ રહસ્ય પણ સ્પષ્ટ આવેલી ચેતના જ છે. જેમ લોખંડમાં પ્રવિષ્ટ થઈને અગ્નિ પોતાના સ્વરૂપથી રંજિત ચા આત્મ સાત્ કરીને લોખંડને પણ અગ્નિવત્ બનાવીને પોતાના તેજથી પ્રકાશ અને દાહ્યુક્ત બનાવી છે, ત્યારે લોખંડ પણ અગ્નિ સમાન પ્રકાશને ફેલાવી સમીપવર્તી પ્રદેશ તથા પદાર્થોને પ્રકાશિત તથા સંતપ્ત કરી નાખે છે. આ રીતે ‘આત્મતત્ત્વ’ થી પ્રાપ્ત ‘જ્ઞાન’ તથા ‘ગતિ’ થી વ્યાપ્ત ચા અનુરંજિત થયેલ જડ ચિત્ત ચેતનવત્ બનીને આ બધા વ્યાપારને દર્શાવે છે. આ બધાં દશ્ય આ ચેતનની ‘ચેતનવત્તા’ નો સાક્ષાત્કાર છે. જો પોતાનાથી જોઈ શકો છો. આ રીતે અહીં આત્મતત્ત્વના જ્ઞાન અને ક્રિયા ચિત્તની ચેતન સત્તાનો સાક્ષાત્કાર, તથા ચિત્તના કેન્દ્રમાં દેખાતા સજીવ સૌમ્યકણ, સમાધિની અવસ્થામાં એવું પણ યોગીઓએ જોયું છે કે જેમ એક એક મોતીને શોધવાનો મહાન પ્રયત્ન કરે છે, એવી રીતે સમાધિની દિશામાં મહાન પ્રયત્ન કરવો પડે છે. આગળ ભવિષ્યમાં જ્યારે આ રીતે ‘આત્મસ્વરૂપ’ દિવ્ય નેત્રો દ્વારા દર્શનનો વિષય બની શકે તો આત્માની સમીપ જ ચિત્તમંડળમાં વ્યાપ્ત સૂક્ષ્માતિ સૂક્ષ્મ ‘બ્રહ્મ’ નું દર્શન પણ થઈ જશે. અહીં ચિત્ત-ચેતના અને જ્ઞાન વિષે થોડો વિગતે વિચાર કર્યો કારણ કે અહીં સૂત્ર નવ તથા આગળના સૂત્ર દશ તથા અગિયારમાં ‘ચિત્ત’ જ કેન્દ્ર સ્થાને છે. તે સમજવા માટે પણ આ વિગત પૂર્ણ વિચારણા આવશ્યક બની ગઈ છે.

હે પુણ્યાત્મા, પુણ્યકર્મન, પૂણ્યમૂર્તિ ! ચાલો થોડું આગળ વધીએ અને સૂત્ર નવ - ‘ચિદાપ્તિઃ પુષ્પમ્’ કયા ફૂલ છે કે જે પૂજાને માટે ઉપયુક્ત હોઈ શકે છે ? ચેતન્યથી ભરપૂર હોવું તે પુષ્પ છે. આમ કહીને પૂજાનો પુષ્પો તરફ સંકેત કર્યો છે. ઉપનિષદ્ધારે તે તો માત્ર પ્રતિક છે. ચેતનાને માટે ફૂલોનું આ પ્રતિક ઘણા બધા અર્થો ધરાવે છે. ખાલી આ એક પ્રતિક જ નથી. પૂર્ણ ચેતન્ય થવું, સજાગ થવું, ચેતના વસ્તુતઃ એક વિકાસ છે. મનુષ્ય જ્યારે ખીલે છે, ત્યારે તે પોતાના એક અંતિમ બિંદુ પર પહોંચી જાય છે. અચાનક એક વિકાસનો વિસ્ફોટ થાય છે. તે જ ચેતનાનું પુષ્પ રૂપે ખીલવું છે. અહીં એક એવી અનોખી પૂજાની વાત છે, બહારથી ખરીદેલા કે માંગી આણેલા બહારના ઉધાર ઉછીના ફૂલની વાત નથી. બહારના પુષ્પો માત્ર પ્રતિક છે. એ કામ આવશે નહિ. આપના સ્વયં વિકાસની આવશ્યકતા પડશે, અને કેવળ તે જ સ્વીકૃત થશે.

પ્રિતિનું પુષ્પ ખીલે છે, મિલનની જુદાઈમાં,
પુષ્પના રંગ જુદા છે, જીવનના ઢંગ પણ જુદા,
પાત્રો અલગ, પુષ્પો અલગ, રંગમાં જુદાઈ છે,
સુગંધમાં હોતું નથી અંતર, નિરંતર વ્યાપે સર્વમાં,

શરીર બાંધી શકે છે રાજ, વિચારો ન આવે બંધનમાં,
સમાવો પાણી કોઈ પાત્રમાં, સમંદર ભરશો કેમ નાની ગાગરમાં ?

રાગથી, અનુરાગથી ખીલી રહ્યું છે પુષ્પ,
ચિદાકાશમાં વિલસી, વિકસી રહ્યું છે પુષ્પ.
આવી ક્યાંથી તાજગી, સ્ફુર્તિ આવી ક્યાંથી ?
કોઈ તને શું પૂછે - ન પૂછે, તું જ તને પૂછતો નથી ?
ચૈતન્યથી ચિત્ત પ્રગટ્યું, તેમાં સભર તું જ,
જીવન મારું પુષ્પ ગુચ્છ, બાકી બધું એ તુરછ ?
ગમો ગયો, અણગમો ગયો, તું હસતું ખીલતું પુષ્પ,
જાણ નારે જાણ્યું, પામનાર પામ્યો જેનું હતું તે ફૂલ.
કોણ પૂજારી ને કઈ પૂજા ? ભેદ ભરમ જગ ફરો,
તું તો રહ્યો સાક્ષી 'શરદ' પૂજા થતી નિત્ય જુઓ.

ખીલી રહ્યું છે એક ફૂલ, અ-મનના ચમનમાં,
જાગી ગયો છે માળી ન-મનનના અનુગમનમાં.
એમાં નથી રાગ કે નથી રંગ, સ્વયં મશગુલ સુગંધમાં,
મહેક ભરી કોણે એના અંગ-અંગમાં, આવ્યું તે કોના સંગમાં.
સંગ હોય તો જ રંગ આવે, રાગ-અનુરાગ રહે પ્રસંગમાં,
'શરદ' સમજે એટલું, ફૂલ બનાવ્યું તેને ચઢે હું રહું અસંગમાં.

હસ્ત કમળને, કમળ હસ્તમાં, કમળા-લક્ષ્મી વસી કમળમાં,
કમલેશ વિષ્ણુ ઉભા જોયા, સાગર-સંસારના વમળમાં.
પણ લેપાતા નથી, એ જળમાં, હસ્તે કમળને ચરણ પણ કમળમાં,
પંચમુખી ગાયત્રી તેમાં બિરાજે, બ્રહ્મા પ્રગટે તે જ કમળમાં,
પદ્માવતી પદ્મે વિરાજે, વાગ્દેવી-શારદા શોભે શ્વેત કમળમાં,
બુદ્ધ, મહાવીર ને તિર્થંકર, સંસારના સૌ તે ત્યાગી,
અનુરાગ શું રહ્યો પુષ્પમાં ? કમળાસને સૌ તે શોભે,
શિવને પણ કમળ પૂજા, શિવરાત્રીએ ખૂબ ગમે,
ભોળાનાથને માથું નમાવી, સહસ્ત્ર પદ્મે સૌ નમે,
સુખ નથી શું સ્વર્ગમાં, રત્નો ને રત્નાકરમાં ?
કલ્પવૃક્ષને ત્યાગી બેઠા, શું સ્વર્ગાદિક પણ છોડી ?
દોડી આવ્યા ધરા તલ પર, હસી-વસી રહ્યા પુષ્પોમાં.
અમળ-કમળનો ભેદ ન જાણું, કોઈ મને સમજાવો,
'શરદ' તો દર્શનાભિલાષી, શું સુગંધ પુષ્પને શોધે ?

ખરેખર, એ બહુ જ કોમળ છે, બહુ જ નાજુક અને લગાતાર એને બતાવવું પડે છે. કેટલાયે દિવસો, કેટલાયે વર્ષો, કેટલાયે જીવન. પરંતુ એક વાર પ્રારંભ થઈ જાય, એક વાર બીજ તૂટી જાય, અંકુર જરૂર ફૂટશે. પછી તો છોડ વૃક્ષ બનશે જ અને એમાં ફૂલ જરૂર ખીલશે. ચૈતન્યથી સભર હશે. એ પુષ્પો પ્રભુ જેની પ્રતિક્ષામાં છે જરૂર તેના ચરણોમાં અર્પણ થશે એકને એક દિવસ જરૂર.

તે ફૂલોનું ખીલવું, તે વિકાસ જ ધર્મ સંબંધિત છે, મનુષ્યને ફૂલની માફક ખીલવું એ જ ધર્મનું ચિંતન છે. ખીલેલા પુષ્પની સુગંધને કોઈ રોકી શક્યું નથી, કોઈ રોકવાનું નથી, એ સર્વત્ર ફેલાઈ જશે, એ જ તો આધ્યાત્મિકતા છે. આત્માનું પૂજન છે.

દશમું સૂત્ર

“ ચિદગ્નિ સ્વરૂપં ઘૂપઃ ૧ ”

પોતાની અંદર ચૈતન્યનો અગ્નિ પ્રગટાવવો જ ધૂપ છે.

ઉપનિષદના બહારના સંકેતો પ્રતિકાત્મક છે. એ પ્રત્યેક સંકેતનો એક કિસ્સો અંદર પાડા હોય છે. બહારનું પાડા અમુક હદ સુધી ઠીક છે, પરંતુ તે પૂરતું નથી, તે કંઈક સંકેત કરે છે, પરંતુ તે વાસ્તવિક નથી. તમે ધૂપ પ્રજ્વલિત થતો જોયો હશે. તે બધી જગ્યાએ મંદિરોમાં અને ઘરના પૂજાઘરોમાં પ્રજ્વલિત છે. તે પોતે પોતાની રીતે ઠીક છે, પરંતુ એ માત્ર બહાર માટે ઉપયોગી છે અંદર માટે તે ઉપયોગી નથી થઈ શકતો એ એક સંકેત છે. સ્વયંમાં સજાગતાનો અગ્નિ જલાવવો એ એક અનોખી સુગંધ ફેલાવશે. જ્યારે બહારનો ધૂપ બહાર સુગંધ આપે છે. સમગ્ર જીવનને સુગંધિત કરતો નથી.

કંદબના વૃક્ષમાં દૂર સુધી ફેલાતી એક સુગંધ હોય છે એ કંદબનાં વૃક્ષ પર બેસી શ્રીકૃષ્ણ વાંસળી વગાડતા હતા. ત્યારે કંદબના વૃક્ષની સુગંધનું અલગ અસ્તિત્વ શ્રીકૃષ્ણના શરીરના અંગોમાંથી પ્રગટ થતી અષ્ટ ગંધની સુગંધ સાથે ભળી જતું હતું. આમ કંદબની સુગંધ, અંગમાંથી પ્રગટતી અષ્ટગંધની સુગંધ સાથે ભળી જતાં દૂર-સુદૂર સુધી તે ફેલાઈ જતી દિવ્ય સુગંધ બની જતી હતી ને અનેક પશુ, પક્ષી અને મનુષ્યના ચિત્તમાં છવાઈ જતી હતી. કહો કે, વ્યષ્ટિની સુગંધી સમષ્ટિમાં ભળી જતી હતી. એટલે પ્રજ્વલિતનું વાતાવરણ દિવ્ય આલ્હાદક ધૂપ સુગંધનો અનુભવ કરતું હતું.

એવું કહેવાય છે કે જ્યારે મહાવીર ચાલતા હતા તો દરેકને એક સૂક્ષ્મ સુગંધથી તેની ઉપસ્થિતિનો અનુભવ થતો હતો. એવા ઘણા મહાપુરુષો અને સિદ્ધાત્માઓ માટે કહેવામાં આવે છે. એ સાંભવ છે. જેટલા અધિક તમે પોતાની અંદર કેન્દ્રિત થઈ જાવ છો તેટલી જ અધિક તમારી ઉપસ્થિતિ એક સુગંધ બની જાય છે અને જેની પાસે ગ્રાહકતા હોય છે તેઓને તેની પ્રતીતી થાય છે. એટલે મંદિરમાં બહારનો ધૂપ લઈને પ્રવેશ ન કરવો, પણ આંતરિક ધૂપ લઈને પ્રવેશવું અને એ આંતરિક ધૂપ કેવળ ખાલીપણું, કેવળ સજાગતાથી જ ઉપલબ્ધ થાય છે બીજો કોઈ માર્ગ નથી.

બૃહદારણ્યક ઉપનિષદમાં એક વાત સ્પષ્ટ થાય છે કે :-

अन्यत्रममा अभूवन्ना दर्शमन्यत्र मना अभूव नाश्रौषमिति मनसा हाव पश्यति मनसा शृणोति कामः संकल्पो चिकित्सा श्रवणा श्रवणा वृत्तिरवृत्ति द्वी धीरित्येत्सर्वं मन ए ॥

મારું મન અન્યત્ર હતું એટલે મેં દીઠું નહિ (એનો અર્થ થયો જોવાનું કામ આંખનું, આંખ ખુલ્લી હોવા છતાં મને સહયોગ ન આપ્યો એટલે આંખ જોઈ શકી નહિ. અહીં મનની સજાગતાનો અભાવ છે) મારું મન અન્યત્ર હતું તેથી મેં સાંભળ્યું નહિ (એટલે કાનને મને સહયોગ ન આપ્યો જેથી કાન હોવા છતાં તેનું કામ કરી શક્યા નહિ. અહીં પણ મનની સજાગતા, સમાનતાનો અભાવ સ્પષ્ટ છે.) અર્થાત્ મનથી જ દેખે છે, મનથી જ સાંભળે છે, કામ, સંકલ્પ, શંકા-કુશંકા, શ્રદ્ધા-અશ્રદ્ધા, ધૃતિ-અધૃતિ, લજ્જા, બુદ્ધિ, ભય એ સર્વ મન જ છે.

જે કંઈપણ તમે કરી રહ્યા છો, કરતી વખતે એક વાતનું ધ્યાન સતત અંદર થતું રહે કે તે તમે કરી રહ્યા છો. તમે ભોજન કરો છો, પોતાનામાં સજાગ રહો, સભાન રહો, તમે ચાલી રહ્યા છો, ચાલવામાં સભાન રહો. તમે સાંભળો છો, સભાનતાથી સાંભળો. તમે બોલી રહ્યા છો, સ્વયંમાં સજાગ રહો, તમે ક્રોધિત થઈ રહ્યા છો, હોશ રહે કે તમે ક્રોધમાં છો. તે સ્વયંનું સતત સ્મરણ એક સૂક્ષ્મ શક્તિ નિર્મિત કરે છે. એક બહુ જ સૂક્ષ્મ ઊર્જા તમારી અંદર પેદા થવા માંડે છે. તમે ઘનીભૂત થવા માંડો છે.

સામાન્ય રીતે તમે એક ઢીલા કોથળા જેવા હોવ છો. જેમાં કોઈ સઘનતા નથી, કોઈ કેન્દ્ર નથી હોતું. કેવળ દ્રવ્યતા હોય છે, ખાલી બહુ એવી ચીજોનું ઢીલું ઢીલું મિશ્રણ હોય છે. જેમાં કોઈ કેન્દ્ર નથી હોતું. એક ભીડ હોય છે કે જે લગાતાર અહીંથી ત્યાં ડોલતી રહે છે, જેનો કોઈ માલિક નથી. જીવનમાં સજાગતા આવે, સભાનતા આવે તો જ તમે માલિક બની શકો છો. જ્યારે હું કહું કે “તમે માલિક બનો” તેનું તાત્પર્ય એવું છે કે તમે ઉપસ્થિત થઈ જાવ. તમારી સ્વયંની એક ઉપસ્થિતિ. જે કંઈપણ તમે કરી રહ્યા છો યા નથી કરી રહ્યા, એક વાત તમારા ધ્યાનમાં બની રહે કે ‘તમે છો.’

આ સાધારણ સ્વયંની અનુભૂતિ કે કોઈ છે, એ એક કેન્દ્ર નિર્મિત કરે છે, એક ધીરતાનું કેન્દ્ર, એક મૌનનું કેન્દ્ર, એક આંતરિક માલિકપણાનું કેન્દ્ર એક અંદરની શક્તિ. અને જ્યારે હું કહું છું કે એક અંદરની શક્તિ તો તો હું શબ્દશઃ કહી રહ્યો છું છે. એટલે આ સૂત્ર કહે છે કે સજાગતાનો અગ્નિ. આ એક આગ છે, એક અગ્નિ છે. જો તમે સજાગ રહેવાનું શરૂ કરો તો તમે પોતાની અંદર એક નવી ઊર્જાનો અનુભવ કરશો. એક નવી આગ, એક નવું વિશુદ્ધ જીવન અને આ નવા અગ્નિ, નવી ઊર્જા, નવા જીવનને કારણે જે એવી બિન આવશ્યક ચીજો કે જે તમારી ઉપર અધિકાર જમાવીને બેઠી છે તે વિલીન થઈ જશે તમારે તેની સાથે લડવું નહિ પડે.

તમે અંદર મજબૂત બનવાનું શરૂ કરો આ અનુભૂતિની સાથે કે તમે છો, તો તમારી શક્તિઓ સઘન થવા માંડે છે, સંગઠિત થવા લાગે છે. અંદર એક બિંદુ પર ‘સ્વ’ નો ઉદય થવા માંડે છે, સ્મરણમાં ઇગ્ગોનો નહિ, અહંકારનો નહિ, પરંતુ ‘સ્વ’ નો જન્મ થશે. ઇગ્ગો (અહંકાર) આપણાનો જુઠો ભાવ છે. સાચા સ્વને ઓળખતા નથી. ત્યાં સુધી તમારી અંદર જે જુઠો સ્વપણાનો ભાવ છે તે અહંકાર છે, અહંભાવ છે, અહંનો અર્થ થાય છે એક મિથ્યા સ્વ. તમે સાચા સ્વ નથી જાણતા એટલે પછી તમને સ્વની પ્રતીતિ થાય છે તે અહંકાર તે એક મિથ્યા સ્વ છે. અહંકાર એક જુઠો ખ્યાલ છે, એવી વસ્તુનો કે છે જ નહિ. ‘સ્વ’ નો અર્થ થાય છે એક કે જે હોવાની એક ખાતરી આપી શકે, વાચદો કરી શકે. આ કેન્દ્ર ત્યારે નિર્મિત થાય છે. જ્યારે કોઈ સતત પોતાના અસ્તિત્વમાં સ્વયંમાં સજાગ રહે, સતત સભાનતા જાળવી રાખે. ધ્યાનમાં રહે કે જ્યારે તમે જ્યારે કંઈપણ કરી રહ્યા હોય, કે તમે બેસી રહ્યા હોય, કે તમે સુવા માટે જઈ રહ્યા હોય, કે હવે તમને ઊંઘ આવી રહી છે, કે તમે ઊંઘમાં ડૂબી ગયા છો, પ્રત્યેક ક્ષણમાં જાગતા રહેવાનો પ્રયાસ કરો અને ત્યારે તમને પ્રતિત થશે કે તમારી અંદર એક કેન્દ્ર નિર્મિત થવા માંડ્યું છે, ચીજો સઘન થવા લાગી છે. એક કેન્દ્રીકરણ થવા લાગ્યું, હવે પ્રત્યેક ચીજ કેન્દ્ર સાથે જોડાવા લાગી છે.

જે કંઈપણ તમે કરી રહ્યા છો, જો તમે સ્વયંના પ્રતિ સજાગ રહી શકો, તો તમે કેન્દ્રની નજીક છો. ત્યારે અચાનક તમે પોતાના કેન્દ્રના પામી શકશો. ત્યારે તમારી પાસે ઊર્જા હશે. તે ઊર્જા સૂત્ર કહે છે કે અગ્નિ છે, સમગ્ર જીવન એ સમગ્ર અસ્તિત્વ જ ઊર્જા છે. અગ્નિ એક પુરાણું નામ છે. હાલમાં તેને એક વિદ્યુત કહેવાય છે. માનવ તેને અલગ-અલગ નામેથી સંબોધે છે, કિંતુ અગ્નિ એક સારું નામ છે. વિદ્યુત કહેવું કંઈક મૃત લાગે છે, અગ્નિ વધુ જીવંત પ્રતિત થાય છે. આ અંતરનો અગ્નિ, ચિદાગ્નિ, આ સૂત્ર કહે છે આ પૂજા માટેનો ઉપયુક્ત ધૂપ છે. જ્યારે કોઈ પૂજા કરવા માટે જાય છે, સાથે ધૂપ લઈ જાય છે. તે આત્મા-પરમાત્માની પૂજા માટે વ્યર્થ છે. જ્યાં સુધી કે તમારી અંદરનો ચિદાગ્નિનો ધૂપની માફક ઉપયોગ નથી કરતા.

“ચિદાગ્નિ, સમુજ્જવળ, સદા પ્રદીપ્ત, ચમકતો એ બળે,
અસ્તિત્વને જોડો એમાં, બની ધૂપ સુગંધરૂપ સળવળે.
વ્યાપી જાય એ તન-મનમાં, જગત જગદિશને જઈ અડે,
આત્મપૂજા સફળ થઈ માનો, ‘શરદ’ નિત્ય સૌ ઘરે.”

અગિયારમું સૂત્ર

“ ચિદાદિત્ય સ્વરૂપમ્ દીપઃ ૧ ”

ચેતન્યના સૂર્યમાં સ્થિત થવું જ એક માત્ર દીપક છે.

આત્મા તથા ચિત્તના સંયોગથી આ માનવપિંડમાં, તથા બ્રહ્માંડમાં બ્રહ્મ તથા પ્રકૃતિના સંયોગથી સૃષ્ટિ-ઉત્પત્તિને માટે કરવામાં આવેલ ‘ઈક્ષણ જન્ય’ ગતિથી ઉત્પન્ન જ્ઞાન અને ક્રિયા બે તત્ત્વ છે, ક્રિયાના દ્વારા જે ભાન થાય છે તે જ્ઞાન છે, અને તે જ્ઞાનની ક્રિયાના દર્શનથી સમાહિત ચિત્તમાં એક મધુર એવો રસ વહાવનારી લહેરો ઉઠી ઉઠીને જે ભાવ ઉત્પન્ન કરે, તે આનંદ છે. જ્યાં સુધી મનુષ્યમાં ‘જ્ઞાન’ ‘આનંદ’ શું કોઈપણ પ્રકારની અભિલાષા મૂર્તિની લાલસા બની રહે છે તે સ્થિતપ્રજ્ઞ, આત્મારામ અથવા સ્વરૂપસ્થ નથી થઈ શકતો, કિંતુ જ્યારે એ લાલસા, તૃષ્ણા, વિવેક ખ્યાતિ આત્મદર્શન પછી પરિતૃપ્તિમાં પરિણત થઈ જાય છે. આ ગુણો પર વિજય છે. એટલે ત્રિગુણ સમુદાયના સંબંધથી રહિત ગુણાતીત, સ્વરૂપ માત્ર ‘જ્યોતિઃ પુરુષ’ મુક્ત થઈ જાય છે.

જ્યાં સુધી ‘ચિત્’ કોઈ બાહ્ય યા આભ્યંતરિક વિષયજન્ય સંસ્કારની સાથે સંબંધ ધારેલો વૃત્તાકાર નથી થતો ત્યાં સુધી ‘નિર્વૃત્તિક્ષિ’ જેવો હોય છે. તે સમયે ચિત્તમંડળમાં પોતાની સ્વાભાવિક જ સૂક્ષ્મતમ અવ્યક્ત જેવી મંદમંદ ગતિ થાય છે. આ મંદ ગતિનું ભાન વા દર્શન પણ ‘સ્મૃતિ વૃત્તિના કારણે અહંવૃત્તિ’ ના દ્વારા થઈ રહ્યું હોય છે. પરમ સૂક્ષ્મ તત્ત્વ ‘મહત્’ સત્ત્વથી આ આકારમાં પરિણત થયેલ ચિત્તમાં ગતિનું જોવું કે દર્શન તો ચિત્તના સ્વરૂપમાં પરિણામ છે, અને આ પરિણામ જે અહંવૃત્તિ દ્વારા સંપન્ન થઈને પરિદૃષ્ટિ થઈ રહ્યું છે, આ જીવાત્માને પોતાની ‘અસ્તિત્વ’ સત્તાનો બોધ હોવાનું સ્વરૂપ છે. આ બોધનું બીજું પરિણામ આનંદ છે. અર્થાત્ જેણે દર્પણમાં પોતાના મુખમંડળના સૌંદર્યશ્રીને જોતાં જોતાં મનુષ્ય પ્રસન્ન થાય છે કે ‘અહો ! હું કેવો સુંદર છું’, આ રીતે પોતાની ચેતનાનો લગાતાર બોધ થવો, અથવા જ્ઞાન થવું જ પ્રકારાન્તર આનંદ છે. ‘અહમસ્મિ’ (હું છું) અથવા કેવળ ‘અસ્મિ’ (છું) ના બોધના સમયે ચિત્તની અન્ય વૃત્તિઓ નિરુદ્ધ થાય છે. કેવળ ‘સ્મૃતિવૃત્તિ’ નું અસ્તિત્વ હોય છે, જેના કારણે ‘અસ્મિ, અસ્મિ’ (હું છું) ની ઉત્પાદક એક અખંડ દ્વારા બંધાઈ જાય છે. આધારાની લહેરોથી ઉત્પન્ન થનાર તત્ત્વ જ આનંદ છે અને બીજું ‘અસ્તિત્વ’ ના દ્વારા પ્રવાહથી બોધ બની રહેવો જ ‘આનંદ સ્વરૂપ’ છે. આ પ્રકારે ચિત્ત દર્પણ પર પડેલ આત્મજ્યોતિના પ્રતિબિંબના દર્શનથી ‘અસ્મિ’ (હું) નો બોધ ચિત્તમાં થાય છે. આમ ચિત્તમાં પ્રતિબિંબિત આત્મ જ્યોતિનો પ્રકાશ જ ‘ચિદાદિત્ય’ નું સ્વરૂપ છે. અસ્મિનો અનુભવ કરનાર જીવાત્મા છે. અને ‘અસ્મિ’ નું બોધક ‘કરણ’ અહંવૃત્તિ છે. પૂર્વ કથનનો સાર એ છે કે ચેતન જીવાત્માની જ્યોતિર્થા ઉદ્ભાસિત ચિત્તમાં ચેતનાના પ્રસારથી આ ચિત્ત પ્રતિદક્ષણ સંકોચ-વિકાસ સ્વભાવને પ્રાપ્ત થવું રહે છે. આ સંકોચ-વિકાસને કારણે જ્ઞાન અને ક્રિયાની નિરંતર ઉત્પત્તિ થતી રહે છે, આ સંકોચ-વિકાસરૂપ ક્રિયાને કારણે ‘અસ્મિ-અસ્મિ’ (હું છું) રૂપથી જીવાત્માને પ્રતિદક્ષણ પોતાની સત્તાનો

બોધ બની રહે છે. ચિત્તદર્પણમાં ઉદ્ભાસિત આત્મજ્યોતિ (ચિદાદિત્યનો પ્રકાશ) ની પ્રતિક્રિયાના નિરંતર દર્શનથી ચિત્તમાં એક ‘પરમ સાત્વિકભાવ’ ની અનુભૂતિની સંજ્ઞા ‘આનંદ’ છે. ચિત્ત મંડળમાં થનારા સર્વ દશ્યોનો અનુભવ તથા દર્શાવનારી ‘અહમ્’ ની સૂક્ષ્મવૃત્તિ ‘અસ્મિતા’ છે અને આ સર્વનો દષ્ટા અનુભવકર્તા ધ્રુવ ચેતન જીવાત્મા છે. આ રીતે વિશેષ સમાહિત રૂપથી ચિત્ત દર્પણમાં પ્રતિબિંબિત ‘જ્યોતિર્મય ચિદાદિત્ય’ ના પોતાના દર્શનનું નામ આનંદ છે. એનાથી આગળની અવસ્થા શાંતિની છે.

“તૈત્તિરીય ઉપનિષદ્” બ્રહ્માનંદવલ્લી, અષ્ટમ અનુવાકમાં અગિયાર પ્રકારના આનંદની શ્રેણીઓ બતાવેલ છે. માનુષાનંદ, ગંધવાનંદ, દેવ-ગંધવાનંદ, પિત્રાનંદ, આજાનજ-દેવાનંદ (દિવ્ય ચેતાયોગીઓને જન્મથી જ પ્રાપ્ત થનાર આનંદ), કર્મ-દેવાનંદ, દેવાનંદ, ઇન્દ્રાનંદ, બૃહસ્પતિ-આનંદ, પ્રજાપતિ-આનંદ અને સર્વમાં અંતિમ સર્વોત્કૃષ્ટ સર્વાસાર બ્રહ્માનંદ યા મોક્ષાનંદ છે.

આનંદયુક્ત ચિત્તની દશામાં જે ચિદાદિત્યનો પ્રકાશ કાવ્યરૂપે અવતર્યો તે અહીં રજુ કરી રહ્યો છું :-

પૂર્વમાં આવિર્ભૂત એક અનુપમ તેજ,
તેના પૂર્વ બીજું નહિ પાછળ, પણ અપૂર્વ.
સહજમાં ફેલાઈ ગયું એ અત્ર-તત્ર-સર્વત્ર,
પિંડને બ્રહ્માંડનાં ભરાઈ ગયાં સૌ ગાત્રને ગોત્ર.
અદિતિનાં ગર્ભમાં પ્રકટ્યો હિરણ્યગર્ભ,
અદિતિથી પ્રસવ્યો અર્ભક, આદિ-આદિત્ય.
પૂર્વમાં નહોતી અદિતિ, તેવી માતા જન્માવી આદિત્યે,
જગતે જે પ્રાણ કહ્યો તે વિશ્વાત્મા વેદ વદે નિત્યે.
ખ-ચિત્તમાં ચિત્ત વસ્યું, ખેચરે ભમી રહ્યું,
બદલાઈ ગઈ - દિશાને દશા, અંતર - નિરંતર રમી રહ્યું.
બિંબિએ પ્રતિબિંબ થયું, ચંદ્ર એ મન થયું,
ચંદ્રામૃત પાન થયું, તે જ સૂર્યથી મળતું રહ્યું.
કાશ, આકાશનો અતિથિ, તિથિરૂપ બની ગયો,
ગ્રહ, નક્ષત્રો, તારાગણનો અધિપ એ રમી રહ્યો.
પશ્યકનો દષ્ટિ-દીપ, કશ્યપનો જીવન-દ્રિષ્ટ બની ગયો,
અદિતિનો આદિત્ય, ચિદાદિત્ય ચિત્ત સીપે પ્રકાશી રહ્યો.
દિશાઓએ દીધી માન્યતા, દશા ફળીભૂત સર્વની,
અસાવા - આદિત્ય તું જ બ્રહ્મ, તુ જ ગર્વ સ્તુતિ રહી ‘શરદ’ ની !

‘ભૂતજયી’ યોગી પોતાના ‘પ્રજ્ઞા-આલોકના’ ના બળથી જ્યારે ચાહે આ રૂપોના દર્શન કરી શકે છે. યોગ દર્શનનો તૃતીયપાદ સાક્ષી દઈ રહ્યો છે તે મુજબ યોગી ભગવત સ્વરૂપમાં સ્થિત થાય છે.

યજુર્વેદનો મંત્ર કહે છે કે :-

વેદોહમેતં પુરૂષં મહાન્તમાદિત્ય વર્ણં તમસઃ પરસ્તાત્ ।
તમેવ વિદિત્વાતિમૃત્યુમેતિ નાન્યઃ પન્થાઃ વિદ્યતેઽયનાય ॥
(યજુ.અ.૩૧/મં.૧૮)

તમસ્ (અવિદ્યારૂપી અંધકાર) થી પર આદિત્ય સમાન પ્રકાશરૂપ તે મહાન પુરુષને હું જાણું છું. (અર્થાત્ હું તે પરમાત્મા શુદ્ધ બ્રહ્મને જાણું છું. આદિત્યની દિવ્યતા કરતાં પણ જેનો પ્રકાશ અનંત ગુણ છે, જે અજ્ઞાનરૂપ તમસ્થી રહિત છે) તે કેવળ પરમાત્માને જાણીને મનુષ્ય મૃત્યુને તરી જાય છે. પરમાત્મા જ્ઞાન વિના અન્ય મોક્ષ માર્ગ નથી.

સર્વાણિ રૂપાણિ વિચિત્ય, નામાનિ કૃત્યાભિવદન્ યદાસ્તે ?

સર્વના ચિત્તમાં (બુદ્ધિમાં) રમણ કરનારા તે પરમાત્માએ સૃષ્ટિની પ્રારંભમાં સમસ્ત રૂપોની રચના કરીને તે સર્વના નામ આપ્યાં, અને તે નામોથી વ્યવહાર કરતો સર્વત્ર વિરાજમાન થાય છે.

સૂત્ર કહે છે :- ચિદાદિત્ય સ્વરૂપ દીપઃ । તે અનુસાર ચિદાદિત્ય (ચૈતન્યના સૂર્યમાં) સ્થિત થયું એ જ તો એક માત્ર દીપક છે તે પરમાત્માનું માધ્યમ છે. તેનો ઉપયોગ આત્મપૂજામાં વિનિયોગ બની જાય છે.

બહારનો પ્રકાશ અંધકારને દૂર કરે છે જ્યારે ચિદાદિત્યનો અંદરનો પ્રકાશ તો તમસ્ અજ્ઞાનરૂપી અંધકારનો નાશ કરે તે અંધકારને પણ જોઈ શકે છે. જાણી શકે છે. બહારના પ્રકાશને અંધકારનો અનુભવ નથી.

ભારતીય યોગ

“ પરિપૂર્ણચન્દ્ર અમૃત રસૈકીકરણ નવેદ્યમ્ ૧ ”

અંતઃસૂના પૂર્ણ ચંદ્રના અમૃતને એકતું કરવું એ જ નૈવેદ્ય છે.

ભારતીય યોગશાસ્ત્ર માનવને બે ભાગમાં વિભાજિત કરે છે :- સૂર્યભાગ અને ચંદ્રભાગ. અહીં સુદી કે એક શ્વાસ (જમણી નાસિકાનો) સૂર્ય શ્વાસ કહેવાય છે અને બીજો શ્વાસ (ડાબી નાસિકાનો) ચંદ્રનો ચંદ્ર શ્વાસ. અને ખરેખર, આ એક મોટી ગઠન વાત છે કે જેની શોધ થઈ ચુકી છે. જો તમે ચંદ્ર શ્વાસને રોકી લો અને કેવળ સૂર્ય શ્વાસને ગતિમાન થવા દો તો તમારું શરીર ગરમ થઈ જશે. અને એટલી તેજ ગરમી ફક્ત એક જ શ્વાસના લેવાથી પેદા કરી શકાય છે કે એને શરીરની ભાષામાં સમજવું કઠિન થઈ જાય છે. તિબેટના લોકોમાં ઉષ્ણ-યોગ પણ હોય છે. જેમાં શ્વાસને કેવળ સૂર્યનો શ્વાસ જ લેવો તે છે અને ચંદ્ર શ્વાસનો ઉપયોગ કરવો નહિ.

સાધારણ રીતે શ્વાસ લગાતાર બદલાતો રહે છે. કિંતુ આ વાતની તરફ પશ્ચિમી ચિકિત્સા શાસ્ત્રનું કોઈ ધ્યાન ગયું નથી. શ્વાસની પ્રક્રિયા કોઈ સામાન્ય પ્રક્રિયા નથી. આ પણ દ્વંદ્વાત્મક પ્રક્રિયા છે, સત્ય અસ્તિત્વની એક દ્વંદ્વાત્મક પ્રક્રિયા છે. હું જ્યારે દ્વંદ્વાત્મક પ્રક્રિયાનું કથન કરું છું ત્યારે મારો હેતુ છે કે આ કોઈ સાધારણ પ્રક્રિયા નથી. આ ખૂબ જટિલ પ્રક્રિયા છે. એક સામાન્ય પ્રક્રિયાના મતલબ હોય છે કે એક જ તત્ત્વ કામ કરી રહ્યું છે. એક દ્વંદ્વાત્મક પ્રક્રિયાનો અર્થ છે કે વિપરીત દ્યુવોની શક્તિઓ એક જ દિશામાં કામ કરી રહે છે. અને યદ્યપિ તેઓ વિરોધી જોવામાં આવે છે તો પણ તે સામંજસ્ય એક સંગીતપૂર્ણ લયબદ્ધતા પેદા કરે છે. અને તે લયબદ્ધતા જ અસ્તિત્વ છે.

આ રીતે વિષમ ગતિના કારણના અનુસંધાનથી એ જાણી શકાય છે. પ્રકૃતિમાં જ આ યૈષ્મયનું બીજ નિહિત છે. પ્રાણ અપાનને અને અપાન પ્રાણને નિરંતર ખેંચી રહેલ છે, પરંતુ બંનેની સ્વાભાવિક ગતિ પરસ્પર વિરુદ્ધ છે. પ્રાણ જે તરફ સંચારિત થાય છે, અપાન તેની વિપરીત દિશામાં સંચારિત થાય છે. જો તેઓ અન્ય નિરપેક્ષ હોત તો વિરોધની કોઈ સંભાવના રહેતી નથી. પરંતુ આવું નથી. અપાનના વિના પ્રાણનું નથી ચાલતું, એટલે પ્રાણ અપાનને યાદે છે, તેને ખેંચે છે, યદ્યપિ અપાન વિરુદ્ધવાહી છે. તેવી જ રીતે પ્રાણના વિના અપાનનું ચાલતું નથી. એટલે અપાન પ્રાણને ખેંચે છે. એટલે એ વાત સાફ સમજમાં આવે છે, કે વાસ્તવિક સામ્ય અવસ્થાથી સ્થિત થઈને જ બંનેમાં વિરુદ્ધ ગતિનો ઉદય થયો છે એટલા માટે પ્રાણ અને અપાન વિરુદ્ધ સંચારી થઈને પણ અવિરુદ્ધ સામ્યભાવમાં જ ફરીથી પ્રતિષ્ઠિત થવા ઈચ્છે છે. જ્યાં સુદી એવું ન થાય ત્યાં સુદી શાંતિની સંભાવના નથી. બધાં જીવ આ બંને ખેંચતાણમાં પડીને એક વાર ઉઠે છે, એક વાર પડે છે, વામ અને દક્ષિણ પથમાં સંચરણ કરે છે. એમાં વિશ્રામ નહિ. યોગીનું લક્ષ્ય છે આ બંને વિરુદ્ધ ગતિમાં સમન્વય સાધન કરવું.

તમે તાઓની ધારણા ચિન તથા યાંગના વિષયમાં સાંભળ્યું હશે. જો કે એક જ સત્યમાં બે દ્યુવીય વિરોધીની ધારણા છે. અસ્તિત્વ દ્યુવીય વિરોધીમાં જીવે છે. વિદ્યાયક અને નિષેધાત્મક વિરોધમાં પુરુષ અને સ્ત્રીમાં ચિન અને યાંગમાં એટલે મનુષ્યની તરફ

એકની માફક નહિ જુઓ, કારણ કે કોઈપણ વસ્તુ એકની માફક નહિ જુઓ, પ્રત્યેક યીજ જ્ઞેતની માફક હોય છે. તમે પણ બેમાં વિભાજિત છો. વિધાયક હિસ્સાને ભારતીય ભારતીય પ્રતિકમાં સૂર્ય કહે છે, અને નિષેધાત્મક હિસ્સો ઠંડો, શાંત અને સ્થિર છે. વિધાયક ગરમ, ઊર્જાથી ભરેલો અને સક્રિય છે. તમારી અંદર સૂર્ય સક્રિય હિસ્સો છે અને ચંદ્ર નિષ્ક્રિય છે. અગર જો આ સક્રિય અને નિષ્ક્રિય બંનેમાં ગહન સંતુલન બની જાય તો તમે અચાનક બુદ્ધત્વને ઉપલબ્ધ થઈ જાવ છો. જો એક અધિક પ્રભાવશાળી છે, તો અસંતુલન થઈ જાય છે અને તમે એક બીજા જ જગતમાં પ્રવેશ કરી જાવ છો, તે છે - અદ્વૈત જગત, આ અદ્વૈતના જગતનો અનુભવ ત્યારે થઈ શકે છે જ્યારે દ્વૈત તમારી અંદર સંતુલિત થઈ જાય છે. ત્યારે તમે બંનેનું અતિ ક્રમણ કરી જાવ છો.

પુરુષ અને સ્ત્રી મળીને માનવતા બને છે. પુરુષ એકલો માનવતા નથી, અને ન તો એકલી સ્ત્રી માનવતા. આપણે જે સંગીત લયબદ્ધતા, જે સમન્વયને માનવતા કહીએ છીએ તે માનવતા એક દ્વંદ્વાત્મક ઘટના છે. પુરુષ સ્ત્રી બંને મળીને માનવતાને જન્મ આપે છે. આર્ય શાસ્ત્રકારો એ સ્વયંભુ મનુ શતરૂપાના વંશજોને માનવ કહ્યા છે. પાશ્ચાત્યો ઈવ અને આદમના સંતાનને આદમી કહે છે. માત્ર માન્યતા અને કહેવાના ઢંગ જુદા છે. માનવ માત્ર અર્ધનારીશ્વરનું સર્જન છે. જેમાં શિવ અને શક્તિ સમાહિત છે. તેઓ બંને માનવતાના નિર્માણની સહાયતા કરે છે. અને જે તેઓનો નિર્મિત કરવાનો ઢંગ છે, તે દ્વંદ્વાત્મક છે. બે વિપરીત ધ્રુવોની માફક જીવે છે. અને તેઓના બંનેના આંતરિણ તણાવને કારણે જ ઊર્જા પેદા થાય છે, કે જે ગતિ કરે છે અને આગળ વિકાસને માટે પ્રક્રિયા બને છે.

આ યૈષમ્યમયી ગતિની બે દિશાઓ છે. એક દેહગત અને બીજી કાળગત. નાસપુટથી બહારની તરફ શ્વાસ પ્રવાહિત થાય છે અને બહારથી અંદરની તરફ પાછો ફરે છે. આ બહિર્ગતની એક સીમા છે. સાધારણ અવસ્થામાં નાસાપુટથી બહાર બાર આંગળ સુધી આ બાહ્યગતિ લક્ષિત થાય છે. આગન્ટુક કારણ વિશેષથી ક્યારેક એક વ્યક્તિની શ્વાસ ગતિમાં ગતિનું કંઈક તારતમ્ય હોય છે. ઉતાવળે દોડવાથી ૩૦ થી ૪૦ આંગળ, ભોજન કરતી વખતે ૬૦ આંગળ, સુતી વખતે ૧૦૦ આંગળ અને સ્ત્રી સમાગમમાં સર્વાધિક શ્વાસની ગતિ થાય છે. અધિક ગતિથી પ્રાણ તત્ત્વનો શીઘ્ર ક્ષય થાય છે. અધિક પણ થાય છે. તે પ્રકારે પ્રકૃતિના યૈચિત્ર્યના કારણે વિભિન્ન વ્યક્તિઓના શ્વાસની ગતિમાં પણ કેટકેટલાક ભેદ રહે છે. ગતિનો વિસ્તાર જેટલો અધિક હશે, બહિર્મુખતા અને કાળનો પ્રભાવ તેટલો જ અધિક સમજવો જોઈશે. સંયત જીવનના અભ્યાસથી આ ગતિનો ક્રમશઃ હ્રાસ (ઘટાડો) થતો રહે છે. આ દેહગત વિષમ ગતિનું વિવરણ છે.

કાળગત યૈષમ્ય બીજા પ્રકારનું છે. એક નિર્દિષ્ટ કાળની શ્વાસ સંખ્યાથી આ યૈષમ્યનો પરિચય મળે છે. શ્વાસથી અહીં પૂરક રેચક બંને સમજવું રહેશે. સાધારણ તથા સંસારી સ્વસ્થ મનુષ્યના પંદર શ્વાસોરચ્છવાસ થાય છે, એવું માનવામાં આવે છે. પરંતુ અહીં પણ આગન્ટુક કારણવશ અને પ્રકૃતિ ભેદથી એમાં કંઈક વિલક્ષણતા જોવામાં આવે છે. તે નગણ્ય છે. સંયમ અને અભ્યાસથી આ સંખ્યા પણ ધીરે ધીરે ઓછી થાય છે. આ શ્વાસ ગતિના કાળની દિશા થઈ. કહેવું ખૂબ જ જરૂરી છે, શ્વાસની બાહ્ય ઉન્મુખતા અને સંખ્યાનો પરસ્પર સંબંધ છે. સાધારણતઃ બાહ્યગતિ ૧૨ આંગળ હોવાથી સંખ્યા

૧૫ થાય છે, એવું માનવામાં આવે છે. યોગાભ્યાસ યા વિશેષ શક્તિના પ્રભાવથી બાહ્યગતિ ઓછી થવાથી સંખ્યા પણ તેના અનુપાતથી ઓછી થાય છે. અર્થાત્ શ્વાસનો દેશ સંબંધ અને કાળ સંબંધ સમાન રૂપથી એક જ સાથે શિથિલતા પ્રાપ્ત કરે છે. બાહ્ય ગતિ ૧ આંગળ ઘટવાથી સંખ્યા ૧૧ ઘટે છે, ૨ આંગળ ઘટવાથી સંખ્યા ૨.૫ ઘટે છે. અંતમાં જ્યારે બાહ્ય ગતિના ૧૨ આંગળ ૦ માં ગતિ પામે છે, તો સંખ્યા પણ ૧૫ થી ૦ માં પરિવર્તિત થાય છે. મતલબ કે શ્વાસનો દેશગત અને કાળગત સંબંધ એક જ સમયમાં વિરિછન્ન થાય છે. આ અવસ્થામાં શ્વાસનો સ્થૂળ સંચાર રોધાય છે, અને રેચક પૂરક રૂપ વ્યાપાર શાંત થાય છે. એનું નામ છે કુંભક, જેનાથી પૂર્ણ સમાધાનનો માર્ગ ખુલે છે. આ સમાધાન જ સ્થિતિ છે. ત્યારે પૂર્ણવર્ણિત વિક્ષેપનો ઉપશમ થાય છે. તેનાથી પહેલા નહિ.

પ્રાણની બાહ્યગતિ યા સંખ્યા ન્યૂન થવાની સાથોસાથ જાતજાતની અલૌકિક શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે. પ્રથમ કામનાનો ત્યાગ થાય છે. પ્રાણ ચંચળતાથી જ વાસના પેદા થાય છે. પ્રાણના શાંત થવાના આરંભ સાથે જ ચિત્તમાં ધીરે ધીરે નિષ્કામ ભાવ આવે છે. નિષ્કામ ભાવની અભિવ્યક્તિ બાદ આનંદની અભિવ્યક્તિ સ્વભાવ સિંધ છે. ગીતામાં શ્રી ભગવાન કહે છે :- ‘ અશાન્તસ્ય કુતઃ સુખમ્ ૧ ’ શાંતિના ઉદય વિના વાસ્તવિક સુખનો આવીર્ભાવ નથી થતો. આ પછી વાક્સિદ્ધિ, દૂરદ્રષ્ટિ, આકાશગમન અહીં સુધી કે નિર્વાણ સુધી આચત્ત થાય છે. આ જ શાસ્ત્ર સિદ્ધાંત છે.

સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય પ્રાણની બાહ્યગતિનો ઉપરામ છે. જેવી રીતે ચિંતા અને બહારની દોકધામથી બાહ્ય ગતિની વૃદ્ધિ થાય છે, સાધના ક્ષેત્રમાં તે વર્જનીય છે. ઓછામાં ઓછું આ બધા વિષયમાં સંયમનો અભ્યાસ જરૂરી છે.

આ અભિવ્યક્તિ જગતમાં પ્રત્યેક ચીજ વિપરીત દ્યુવોમાં જીવે છે. તમે જીવીત છો કારણ કે તમારી અંદર મૃત્યુ હાજર છે. જો તમારા અંદર મૃત્યુ હો, તો તમે જીવીત પણ રહી નથી શકતા. એટલે એ વિશ્વાસમાં ન રહેશો કે મૃત્યુ એકદમ અચાનક આવી જાય છે. તે એક આંતરિક વિકાસ છે. તે કોઈ બહારથી આવનારી ચીજ નથી. જે તમારી અંદર ઘટિત થાય છે. તે કોઈ એવું નથી કે તમને મળે છે, જેનો તમે સાક્ષાત્કાર કરો છો, નહિ. તે કંઈક એવી છે જેની તરફ તમે રોજેરોજ આગળ વધી રહ્યા છો. એક દિવસ એ વિકાસ પૂરો થઈ જાય છે અને તમે મરણ શરણ થઈ જાવ છો. આ એક આંતરિક ઘટના છે. તમે અંદર મૃત્યુ કેન્દ્ર સહિત જીવિત છો. તમે મૃત્યુ કેન્દ્ર વગર જીવિત પણ નથી રહી શકતા.

પોતાના વિપરીત દ્યુવના વિના કોઈ અસ્તિત્વ હોઈ શકતું નથી. જીવન અને મૃત્યુ વિદ્યાચક્ર અને નિષેધાત્મક સત્ય છે. તર્કપૂર્ણ લાગે છે. ઝંઝાત્મક પણ પ્રતિત થાય છે, પરંતુ અત્યાર સુધી એ સિદ્ધિ નથી થયું કે સૂર્ય પોતાના કેન્દ્ર બિંદુ પર બિલકુલ ઠંડો છે, જો કે પોતાની પરિધિના તાપથી બિલકુલ વિપરીત દ્યુવ છે. એ સત્ય પણ હોઈ શકે છે, અને નહિ પણ હોઈ શકે. પરંતુ આપણી અંદરના જગતમાં પૂર્ણ રીતે સત્ય છે. જ્યારે તમે સજગ થાવ છો, તો ગરમી તમારી પરિધિ તરફ યાત્રા કરવા લાગે છે. તમારા શરીરના પ્રત્યેક કોષ ગરમ થઈ જશે, સજગતાના પ્રવેશને કારણે. બીજો વિપરીત દિસો તમારા

તમારા અસ્તિત્વનું કેન્દ્ર હંડુ અને અધિક હંડુ થતું જશે. આ ચંદ્રનું કાર્ય કરે છે. સૂર્ય છે ગરમીનું ફેલાવું, પ્રકાશનું ફેલાવું અને તમારે એ જાણવું જોઈએ કે આલોકના બે ગુણ છે, પ્રકાશ અને તાપ કેવળ સઘન થઈ ગયો પ્રકાશ છે, પ્રકાશ બીજું કંઈ જ નથી, કેવળ વિઘટિત ઉષ્ણતા છે. એટલે પ્રકાશ જ્યારે તમારા શરીર પર ફેલાય છે, તો શરીરના પ્રત્યેક કોષ ગરમ થઈ જાય છે, પ્રકાશિત અને સજગ થઈ જાય છે. નિદ્રા એક હંડી વસ્તુ છે. રાત્રિ એક હંડકભરી ચીજ છે. એટલે રાત્રિએ આપણે સુઈ જઈએ છીએ. તે હંડો સમય છે. ચંદ્રના પ્રભાવ હેઠળ છે અને સવારમાં સૂર્યોદય થતાં જ પ્રત્યેક ચીજ ગરમ અને જીવંત બની જાય છે. ત્યારે સુવું કઠિન છે અને જાગવું સરલ બની જાય છે.

જ્યારે તમે ક્રોધિત થાવ છો, તો તમારું સમગ્ર શરીર ગરમ થઈ જાય છે. તો તાવથી પીડિત થઈ જાય છે. તમારું કેન્દ્ર ક્રોધ છોડે છે, તે પરિધિ પર પહોંચી જાય છે. સામાન્ય તથા તે હંડી હોય છે. તે પરિધિ પર પહોંચી જાય છે. સામાન્ય તથા તે હંડી હોય છે. પરિધિ સાધારતઃ હંડી હોય છે અને કેન્દ્ર ગરમ થઈ જાય છે. એનું ઠીક ઉલટું થઈ જશે, જ્યારે તમારી અંદર જાગૃક્તા ઘટિત થશે. જ્યારે તમે ધ્યાન કરો છો અને ધ્યાનમાં ઊંડા ડૂબી જાવ છો, જ્યારે તમે પ્રત્યેક ક્રિયા પરત્વે સજગ થઈ જાવ છો, તો દરેક ચીજ ઉલટી થઈ જાય છે, બિલકુલ વિપરીત. તમારી પરિધિ ક્રોધમાં જશે નહિ, ચેતનામાં જશે નહિ, તેની તંદ્રાપૂર્ણ હંડક, તે ઉષ્ણ થઈ જશે, જીવંત તથા સજગ, અને જો કે ઊર્જા પરિધિ પર લગાતાર, ૨૪ કલાક પહોંચતી રહેશે, તમને કોઈ ક્રોધ અથવા ચેતનાની આવશ્યકતા રહેશે નહિ.

ક્રોધનું અવલોકન કરો અને ક્રોધ પ્રકાશમાં રૂપાંતરિત થઈ જાય છે, ચેતનાનું અવલોકન કરો અને ચેતના પ્રકાશમાં રૂપાંતરિત થઈ જાય છે. ક્રોધપણ આંતરિક ઘટનાનું નિરિક્ષણ કરો કે જે તાપ ઉત્પન્ન કરતી હોય, તેનું અવલોકન કરો અને કેવળ અવલોકનથી તે પ્રકાશમાં બદલાઈ જાય છે અને જો તમારી તમામ તાપ પેદા કરનારી અંતર્ઘટનાઓ પ્રકાશમાં રૂપાંતરિત થઈ જાય છે, તો તમે તે આંતરિક ચંદ્રમાનો અનુભવ કરશો. અને જ્યારે અંદર કોઈ અગ્નિ નહિ બચી હશે, ત્યારે પૂર્ણ ચંદ્રનો અમૃત એકત્રિત થશે. અને અમૃતથી તમે અમર થઈ જાવ છો. ન કે આ શરીરમાં ન કે આ શરીર દ્વારા. તમે અમરતાને ઉપલબ્ધ થઈ જાવ છો કારણે તમે જીવન મૃત્યુ બંનેનું અતિક્રમણ કરી ગયા.

તમે એ આંતરિક સંતુલનને શોધી લો છો, કે જે સૂર્ય અને ચંદ્રની ખોજથી જાણી શકાય છે, જ્યારે તમે બંનેને જાણો છો, તો તે બંને એકબીજાને સંતુલિત કરી દે છે અને તે સંતુલનમાં તમે જ્ઞેતની પાર નિકળી જાવ છો. ત્યારે ત્રિભૂજનો ત્રીજો કોણ (ત્રિકોણનો ત્રીજો ખૂણો) સ્પર્શ કરવા મળે છે. પ્રથમ વાર તમને પોતાનાથી ઉપર ઉઠ્યા, હવે તમે પોતાના અંતરતમ સ્વ છો. હવે તમે નીચે પોતે પોતાને જોઈ શકો છો. પોતાના સૂર્યને પોતાના ચંદ્રમાને પોતાના શરીરને પોતાના આત્માને, પોતાની વિધાયકતા, પોતાની નકારાત્મકતાને, પોતાના પુરુષ પોતાની સ્ત્રીને જોઈ શકો છો. હવે તમે પોતાને નીચે વળીને જોઈ શકો છો, જ્ઞેતના સમગ્ર સંસારને - બહુ આચારી દ્વંદ્વાત્મકતાને. અને હવે તમે નૈવેદ્ય બની શકો છો - પરમાત્માને માટે ભોજન.

ભગવાન બુદ્ધે નકરાત્મક ઢંગથી તે પૂર્ણ ચંદ્રની વાત કરી છે, કારણ કે તે નકારાત્મક ધ્રુવ છે. બુદ્ધ કહે છે જ્યારે આ અંદરનું મૌન ઉપલબ્ધ થાય છે, તો એ જ નિર્વાણ છે, સૂત્ર કહે છે :- “અંદરના પૂર્ણચંદ્રના અમૃત રસને એકઠો કરવો મેવેદ્ય છે.” બુદ્ધના શબ્દો પ્રસંગોચિત અને ખૂબ જ અર્થપૂર્ણ છે. નિર્વાણનો અર્થ થાય છે :- “જ્યોતિનું વિલીન થઈ જવું.” એક દિપક પ્રજ્વલિત છે અને પછી તેની જ્યોતિ બુઝાઈ જાય છે. વિલીન થઈ જાય છે. જ્યારે તમારો તાપ સમગ્ર રૂપથી પ્રકાશમાં પરિણત થઈ જાય છે, તો પછી કોઈ જ્યોત નથી હોતી. એટલા માટે ચંદ્રમામાં પ્રકાશ તો છે કિંતુ કોઈ જવાળા - જ્યોતિ વગરનો છે, વિના કોઈ આગનો છે, કોઈ જવાળા કે જ્યોતિ વગરનો પ્રકાશ છે. જ્યોતિ વિલીન થઈ ગઈ છે.

આ મૌન, તે ઠંડી શાંતિ ચંદ્રની, હિંદુઓએ અને જ અમૃત કહ્યું છે અને બીજે ક્યાં શોધવું નહિ પડે. એ તમારી અંદર જ મૌજુદ છે. એ અમૃત તમારી અંદર છે. એક વાર તમે એ અમૃતમાં સ્થાપિત થઈ જાવ, એક વાર તમે એ ચંદ્રમાના સરોવરમાં સ્થિર થઈ જાવ, તો તમારી અંદર જ પૂર્ણ ચંદ્રનો ઉદય થઈ જાય છે. હાલ તમે બંને ધ્રુવોને જાણી લીધા. તમે જીવનને પણ જાણી લીધું અને તમે મૃત્યુને પણ. તમે બંને ધ્રુવોને પણ જાણી લીધા. જીવન અને મૃત્યુ. અને એકવાર તમે બંનેને જાણી લીધા કે તમે બંનેની પાર થઈ ગયા. એટલે એને અમૃત કહે છે.

હવે તમે મરશો નહિ. હવે તમે અમૃત પી લીધું. હવે તમે નથી મરી શકતા. પરંતુ તમે પુરાણી સમજણના હિસાબે હાલમાં જીવિત નથી. તમે પુરાણા અર્થમાં મરી ચુક્યા છો. તમે નવા ચંદ્રમામાં પેદા થઈ ગયા છો. હવે મૃત્યુ તમારે માટે મૃત્યુ નહિ હશે, અને જીવન નહિ હશે. હવે તમે બંનેને પાર કરી ગયા છો.

આ અંતરની ઘટના જન્મ અને મૃત્યુની પાર છે. એ ક્યારે જન્મતી પણ નથી અને મરતી પણ નથી. કારણ કે જે કોઈપણ જન્મે છે, તે મરે પણ છે. અને જે ક્યારે જન્મતો જ નથી તે મરતો પણ નથી, મૃત્યુને જન્મની જરૂરત હોય છે. એક પૂર્વ આવશ્યકતાની માફક એક અનિવાર્ય પૂર્વ આવશ્યકતા જો તમે ક્યારેય પેદા નથી થતા તો તમે મરી જ નથી શકતા. આ અંતરની ઘટનાની સાથે જ્યારે સૂર્ય અને ચંદ્ર સંતુલિત થઈ ગયા હો, જ્યારે તમામ ધ્વજાત્મકતા સમાપ્ત થઈ ગઈ હોય, જ્યારે સમન્વય પૂરો થઈ ગયો હોય, ત્યારે તમને તમારી અંદર તેની પ્રતિતી થાય છે કે શાશ્વત છે.

સાચા અર્થમાં અમૃતાનલવ, અમૃતસિદ્ધિ અને અ-મૃતત્વ પ્રાપ્તિનો એક માત્ર માર્ગ યોગ માર્ગ છે. સર્વ પ્રથમ કેવળ કુંભક દ્વારા એવી એક અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાની છે. જ્યારે રેચક અને પૂરક કંઈપણ રહેતું નથી. એ સમરો શ્વાસ - પ્રશ્વાસનો વેગ શાંત રહે છે. એ અવસ્થામાં નાભિકંદમાં પ્રાણ અને અપાનના સામ્યની પ્રતિષ્ઠા થાય છે.

એક મનમાં સાપેક્ષ અને નિરપેક્ષ બે પ્રકારના અમરત્વનો સ્વીકાર છે. સાપેક્ષ અમરત્વ વાસ્તવમાં નાથ-નિરંજન-પદ લાભ છે. અને તે જ પૂર્ણતા છે. સાપેક્ષ અમરત્વ સિદ્ધિપદ લાભ છે. અમૃતધારાનું શ્રાવણ અને તેનાથી દેશ સંજીવન તે પ્રકારની અમરતા પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાય રૂપમાં વર્ણિત થાય છે. આ તરફ સહસ્રાદ્ય કમળથી નિરંતર જે અમૃતધારા ઝરતી રહે છે તે સમયે તેનું પાન કરવાનો અવસર આવે છે. પ્રાણની ચંચળ

અવસ્થામાં તેનું પાન કરવાની સંભાવના નથી. અધોમુખ સહસ્રટ્ટળ કમળને ઉર્ધ્વમુખ કરીને તે કમળના અમૃતથી મનનો અભિષેક કરવો આવશ્યક છે. ત્યાં પ્રાણવનું ધ્યાન કરવું જોઈએ. બ્રહ્મરંધ્ર અને ત્રિવેણીનું દ્વાર બંધ કરવું આવશ્યક છે. આ ઉપાયના અવલંબનથી સુધાધારા ફરીથી નીચે નથી પડી શકતી. અમૃત એકત્ર થાય છે. યોગિઓના કથન અનુસાર આ ક્રિયા આકાશ, ચંદ્રભેદના નામથી પરિચિત છે. અહીં એ જાણવું જરૂરી છે કે દેહરસ અમૃતરસમાં પરિણત થઈને ઉર્ધ્વગામી વાયુ દ્વારા ઉપર જાય છે. અને સહસ્રારમાં સંચિત થાય છે. સૂત્ર કહે છે કે :- અંતરૂના પૂર્ણ ચંદ્રના અમૃત રસને એકઠો કરવો એ પરમાત્માનો ભેવેદ છે.

આ મતમાં ચાર પ્રકારના ચંદ્ર સ્વીકૃત છે :- (૧) આદિ ચંદ્ર, (૨) નિજ ચંદ્ર, (૩) ઉન્નત ચંદ્ર અને (૪) ગરલ ચંદ્ર.

રસાત્મક નિજચંદ્રને ખેંચીને આકાશ ચંદ્રની યોજના કરવી આવશ્યક છે. ઉર્ધ્વ ગતિના કારણે રસ અમૃત રૂપમાં પરિણત થાય છે. આકાશ ચંદ્ર સહસ્રારથી સંલગ્ન હોય યોગી આ રૂપમાં ગરલ ચંદ્રનું પાન કરશે. ગરલ ચંદ્રનું પાન અને પ્રાણ ધ્યાન જરૂરી છે. ગરલ ચંદ્ર દ્વારા દેહ અને મનનું શોધન અને સજીવન થવાથી સિદ્ધ દેહની પ્રાપ્તિ થાય છે.

યોગી જ્યારે પ્રાણ અને અપાનની સમતા પ્રાપ્ત કરીને શાંતિમાં અવસ્થિત થાય છે, અને પૂર્વવર્ણિત અમૃતને પ્રાપ્ત કરે છે, ત્યારે તેનું કર્તવ્ય છે સ્વયં તે અમૃતનું પાન નહિ કરીને તેના દ્વારા નાભિ સ્થિત જવલન્ત મહાદેવનો અભિષેક કરવો અને સાથો સાથ હંસ-હસ બોલીને હંસ મંત્રનું આવર્તન કરવું. મહાબલિ દશાનન રાવણની નાભિમાં રહેલ અમૃત કુંભનું આ જ રહસ્ય છે. જેનું ભેદન શ્રી રામે પોતાના બાણથી કર્યું છે અને રાવણ મરણ શરણ થયો હતો.

ઉપનિષદમાં હંસયોગ યા અજપા સાધન સાધનનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે, આ યોગના પ્રભાવથી પ્રત્યગાત્મા અને પરમાત્માનું જ્ઞાન ઉત્પન્ન થાય છે. આ હંસ જ્ઞાન છે, જે યોગી આ પદ્યતિ અનુસાર અજપા સાધનમાં અગ્રસર થાય છે, તેઓએ પ્રથમ સિદ્ધાસન પર બેસીને ડાબા પગની એડી વડે ગુદા સ્થાનને આવેષ્ટન કરીને ક્રિયા કરવી પડે છે. આ રીતે મૂલાધારમાં વાયુ સંચિત થતો રહે છે. આ પછી પોતાની શક્તિ અનુસાર અકુંચન ક્રિયા દ્વારા મૂલાધારથી તે વાયુને ઉઠાવવો પડે છે. અહીં સુધી ક્રિયા સિદ્ધ થવાથી પ્રાણ અને અપાનમાં સામ્ય સ્થાપન કરવું આવશ્યક હોય છે. પ્રાણ અને અપાનમાં સામ્ય સ્થાપન કરવું આવશ્યક હોય છે. પ્રાણ અને અપાનના સામ્ય ભાવમાં આવવાથી મૂલાધાર સ્થિત ત્રિકોણમાં જે અગ્નિ છે, તેને ઉઠાવીને પ્રાણ અને અપાનની સાથે જોડવાથી જ કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થઈ જાય છે. કુંડલિની જાગરણ બાદ તે જાગૃત કુંડલિની દ્વારા બ્રહ્મગ્રંથિનો ભેદ કરવો પડે છે. આ ગ્રંથિનો ભેદ ન થવા સુધી ષટ્યક્રના પ્રથમ ચક્ર મૂલાધારમાં અર્થાત્ ચતુર્દલ પદ્મમાં પ્રવેશ કરવાનું સામર્થ્ય નથી આવતું. કમળમાં પ્રવેશ કરીને તે કમળમાં જે એક બિંદુ યા તુરીય ભૂમિ છે તેનું ધ્યાન કરવાનું હોય છે. તે ધ્યાનથી ઊર્ધ્વગતિ ઉત્પન્ન થાય છે. ત્યારે ષટ્દલ-સ્વાધિષ્ઠાન ચક્રની ત્રણ વાર કરીને દશદલ મણિપુરમાં ગમન કરવાનું હોય છે. તેસમયે ફરીથી ગ્રંથિ ભેદની આવશ્યકતા હોય છે. આ ગ્રંથિનું નામ વિષ્ણુ ગ્રંથિ છે. આ અનાહત ચક્રથી નીચે

અવસ્થિત છે. એનું ભેદન કર્યા વિના અનાહત ચક્રમાં પ્રવેશ થઈ શકતો નથી. હૃદયમાં પ્રવેશ કરીને પ્રથમની માફક ચક્રસ્થ મધ્ય બિંદુમાં તુરીય ધ્યાન આવશ્યક બને છે. આ સૂત્રાત્માનું ધ્યાન છે. આ સમયે સવિકલ્પ સમાધિનો ઉદય થાય છે. અનાહતનો અતિક્રમ કરીને વિશુદ્ધ ચક્રમાં પ્રવેશ કરવાના માર્ગમાં સ્તનપત્ લંબમાન્ ૨ માસપિંડ જોવામાં આવે છે. તે સમયે આજુબાજુ બે પથોનો છોડીને મધ્યપથથી વિશુદ્ધમાં પ્રવેશ કરવાનો હોય છે. ત્યાં પ્રાણ નિરુદ્ધ થાય છે. આ પછી તુરીય યા અંતિમ ગ્રંથિનો ભેદ કરીને આજ્ઞાચક્રમાં ઉઠવું જોઈએ. આ ગ્રંથિનું નામ સ્ક્રગ્રંથિ છે. તે આજ્ઞાચક્રની નીચે અવસ્થિત છે. આજ્ઞામાં પ્રવેશ કર્યા પછી ત્યાંના બીજ યા તુરીયનું ધ્યાન જરૂરી છે. અહીં સુધીનો માર્ગ પાર કરી લીધા પછી યોગી સૂર્ય, ચંદ્ર અને અગ્નિ આ ત્રણે તેજો અથવા ત્રણ બિંદુઓને મેળવવામાં સમર્થ થાય છે. તે સમયે આ ત્રણ તેજોમાં પાર્યંકય (જુદાપણું) રહેતું નથી. ત્રણેના મળવાથી એક મહાતેજનો વિકાસ થાય છે. એના ફળ સ્વરૂપ સહસ્ત્રાર સ્થિત ચંદ્રથી ઋતા અમૃતનું આસ્વાદન કરવાનો અધિકાર ઉત્પન્ન થાય છે. આ છે આત્મા - પરમાત્મા માટે સંચિત કરેલ નૈવેદ્ય અને તેનો ઉપભોગ તે પરમાત્માની કૃપારૂપ પ્રાપ્ત પ્રસાદ.

ત્યારે યોગી અજર અને અમર પિંડ લાલ કરીને સહસ્ત્રાર શોભી બ્રહ્મરંદ્રમાં પ્રવેશ કરે છે. ત્યાં તૂર્યયા તૂર્ય-તૂર્યનું અપરોક્ષ દર્શન થાય છે, જેના પર ત્રણ માત્રાઓ આરોપિત થાય છે, જેના પર ત્રણ માત્રાઓ આરોપિત થાય છે, તેનું નામ તૂર્ય છે. જ્યારે આ અવસ્થાનો અનુભવ થાય છે, તો પોતાની ત્રિમાત્ર રૂપમાં પ્રતીતિ થાય છે. પરંતુ સૂર્ય-તૂર્યમાં (એટલે તૂર્યાતીતમાં) માત્રા લુપ્ત થઈ જાય છે. આ સાક્ષાત્કાર ક્ષણિક થઈને સદાકાલીન થવો આવશ્યક છે.

મન જ તો ચંદ્ર છે - બિંદુ પૂર્ણચંદ્ર અવશ્ય વિશુદ્ધ અને ચિન્મય. એટલે બિંદુથી જ ચિદ્ અનુભવ આરંભ થાય છે. સ્વચ્છ દર્પણમાં જેવી રીતે જ્યોતિ પ્રતિફલિત થાય છે તેવી જ રીતે ચિદાલોક પ્રતિફલિત થાય છે.

બીજું પણ એક રહસ્ય છે. બિંદુને આપણે પૂર્ણિમા કહી, પરંતુ તે યોગ્ય પૂર્ણિમા નથી, ઠીક પૂર્ણિમા હોવાથી પૂર્ણતા અશુદ્ધ રહેતી. કૃષ્ણપક્ષ નહિ આવે તે. કૃષ્ણ પક્ષ જ કાળગ્રાસ છે. બિંદુમાં ૧૫ કળાઓ છે એક કળા નથી. યાને અમૃતકળા યા ષોડશીની કમી છે. આ પ્રકારે ઉન્મનામાં ૧૫ કળાઓનું અવસાન પરંતુ ગુપ્ત કળા છે. તેમાં ષોડશીનો આભાસ. પંચદશ (૧૫) કળાઓ અહીં અસ્તમિત છે. જો વાસ્તવમાં ષોડશી હોતી તો અમાવાસ્યા બાદ શુક્લ પક્ષ નહિ હોત. કાળચક્રનું આ વર્તન ષોડશીની વ્યક્તતાના પ્રભાવમાં થાય છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ ષોડશ કળા પૂર્ણ પુરુષ છે, પુરુષોત્તમ છે. ષોડશકળા પુરુષમાં અમૃતકળા એક છે. તે જ વાસ્તવિક અમાકળા છે, બાકી ૧૫ કળાઓ કાળપૃષ્ઠ અને કાળ રાજ્યમાં સંક્રમણ કરે છે.

એક યોગિક મત એવો છે કે પરમાત્મા ખૂબ જ દયાળુ છે, કોઈપણ જ્ઞાની-અજ્ઞાની, યોગી-અયોગી, ભક્ત-અભક્ત, સાધક-અસાધક, ગરીબ-તવંગર હોય, દાની-અદાની હોય, લોભી-નિર્લોભી હોય, પુણ્યાત્મા કે પાપાત્મા હોય, ખૂની હોય યા પરોપકારી પરમાત્માએ દરેકને કર્મચિતન અને ભોગાયતન એવું શરીર આપ્યું છે. પ્રત્યેકને જીવવા

પૂરતી અને કાર્ય કરવાની શક્તિ પણ પરમાત્મા જ આપે છે એની નજરમાં ગુણ-
અવગુણનો કોઈ પક્ષપાત નથી. સ્ત્રી, પુરુષ, બાળક અને વૃદ્ધ પ્રત્યેક પ્રાતઃ કાળે
પરમાત્મા સહસ્ત્રાર કમળમાં ૩ બુંદ અમૃતના ટપકાવે છે. જે તેને ૨૪ કલાક કામ
કરવાની શક્તિ આપે છે. પરંતુ પરમાત્માએ આપેલી શક્તિ કરતાં તે વધુ પરિશ્રમ કરીને
અથવા સ્ત્રીસંગ કરીને શક્તિનો વ્યય કરે છે. એટલે શક્તિહીન થાય છે. રોગગ્રસ્ત થાય
છે. આયુષ્ય ટૂંકુ થાય છે. તેમાં દોષ પરમાત્માનો નથી, આપણો જ છે. પરમાત્મા બ્રાહ્મ
મુહૂર્તમાં અમૃત પ્રદાન કરે છે. તે અમૃતવેળા કહેવાય છે.

તેરમું મૂળ

“ નિશ્ચલત્વં પ્રદક્ષિણમ્ ૧ ”

નિશ્ચલતા જ પ્રદક્ષિણા છે, અર્થાત્ ‘તેની’ પૂજના હેતુ ધૂમવાની પ્રક્રિયા છે.

મૂળવસ્તુ પરમ સામ્યાવસ્થા છે. ઉપનિષદે એનો સ્વરૂપ નિર્દેશ કરતાં શબ્દો વાપર્યા છે. ‘પરમં સામ્યં’ આ પદનો પ્રયોગ કર્યો છે. આમાં નામરૂપની કલ્પના નથી ચાલી શકતી, એનું ચિંતન નથી, વર્ણન નથી. તે અવાજ મનસનોયર છે. ત્યાં અસ્તિત્વનું પરમ મોન છે. આમ છતાં સર્વ નામ રૂપ, ચિંતન, મનન અને વર્ણનનું સંકેપમાં સમગ્ર વિશ્વનું આ જ મૂળ છે. એને તત્ત્વ અને તત્ત્વાતીત બંને જ કહેવામાં આવેલ છે. વિશ્વાત્મક હોવા છતાં વિશ્વાતીત છે. આ ઉપનિષદનું ‘પૂર્ણ’ છે, નિશ્ચલત્વમ્ છે. કોઈ એવો ખ્યાલ નહિ કરે કે આ વિશ્વાત્મક પક્ષ મિથ્યા છે, વિશ્વાતીત જ સત્ય છે. લક્ષ્ય ભેદ-વશાત્ જીવ પરમ પદાર્થના જે કોઈપણ અન્ય સ્થિતિ લઈ શકે છે. વસ્તુ જ્યારે અભિન્ન એટલે કે સ્વપ્રકાશ હોય છે, ત્યારે જે કોઈ તરફ સ્થિતિ લેવાથી બંને તરફ સમાન રૂપથી ખુલશે, એમાં સંદેહ કેવો ?

આ જે વિશ્વની દિશા છે, એ જ અપર સામ્ય છે. આ બિંદુ છે, મહાબિંદુ. અહીં શિવ અને શક્તિ, બ્રહ્મ અને માયા, પુરુષ અને પ્રકૃતિ સમરસ છે. એકાકાર છે. બધું જ એકાકાર. આ નિત્ય અવસ્થા છે. અહીં અનંત વિચિત્રતા છે.

સૃષ્ટિ અને સંહાર અર્થાત્ પ્રસાર અને સંકોચ શક્તિનો સ્વભાવ છે, સ્વધર્મ છે, એટલે અનપાચી છે. આ પ્રતિનિયત થઈ જ રહ્યું છે. આ બહિર્ગતિ અને અન્તર્ગતિ, અધોગતિ અને ઉર્ધ્વગતિ, પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિ સમ્મિલિત રૂપથી વૃત્તરૂપથી કલ્પિત તથા કાળચક્રના નામથી અભિહિત થાય છે.

જ્યારે આ સામ્યભંગ થાય છે અર્થાત્ સ્તર અનુસાર વિશ્વનો આવિર્ભાવ થાય છે, ત્યારે આ બિંદુ (કેન્દ્ર) જ શક્તિ અંશમાં પરિણામ લાલ કરે છે, અને શિવાંશમાં સાક્ષી રહે છે. સાક્ષી (આત્મા) અપરિણામી અને એક જ, કિંતુ શક્તિ ક્રમશઃ સ્તર-સ્તર પર ફેલાતી રહે છે. સાક્ષી (આત્મા) કેન્દ્રસ્થ છે. મૂળ શક્તિ પણ તે-બંને જ એક ભાવપન્ન છે. પરંતુ શક્તિમાં પ્રસારણ અને સંકોચ-ને અવસ્થાઓ છે. સાક્ષીમાં તે નથી. સાક્ષી પ્રત્યેક દશાનો નિરપેક્ષ દૃષ્ટા માત્ર છે. અર્થાત્ એ જેવી રીતે કેન્દ્રસ્થ આત્મ-ભાવપન્ન મૂળમાં સામ્યપયી શક્તિનો દૃષ્ટા છે, તેમ જ પ્રસારણ અને સંકોચ નામ અવસ્થાબ્ધયનો પણ દૃષ્ટા છે. સાક્ષી વિશ્વાતીત છે. નિશ્ચલ છે, એટલે નિત્ય કાળચક્રની ઉપર અવસ્થિત એટલે કે એ કાળચક્રનું નાભિ સ્વરૂપ છે. શક્તિના પ્રસારને સૃષ્ટિ કહે છે, અને સંકોચનને સંહાર, પ્રસાર અને સંકોચન બંનેના જ આદિ અંત સામ્યાવસ્થા છે. વચમાં છે વૈષમ્ય કાળચક્રનું આવર્તન. પણ વૈષમ્યના પણ અંતસ્તલમાં સામ્યવસ્થા નિહિત છે.

દીપકથી જેવી રીતે જ્યોતિ નીકળે છે, જળાશયમાં નાનું એવું ઢેકું (પત્થર) ફેંકવાથી ત્યાંથી જે ચારે બાજુ કુંડાળા રચાય છે, બિંદુ પણ તેમ જ ફેલાય છે. તે ક્રમ

વર્ધમાન હોય છે, પરંતુ વધવાની સીમા હોય છે. કારણ કે સૃષ્ટિની પ્રસૂતિ અનંત નથી હોઈ શકતી. તે પ્રેરણાની તીવ્રતા સાપેક્ષ છે. પ્રસાર શક્તિ જેટલી પણ ક્ષીણ હોય છે, સંકોચ શક્તિ તેટલી જ પુષ્ટ થતી રહે છે. ઠીક આ રીતે સંકોચ શક્તિની ક્ષિણતાથી પ્રસારની પુષ્ટિ સમજવી જોઈએ. સંકોચ અને પ્રસાર શક્તિ ક્રમથી એક પછી બીજી પ્રગટ થાય છે. આ કાળચક્રનું આવર્તન છે. ઊર્ધ્વતમ સ્તરથી સર્વથી નિમ્નભૂમિ સુધી સમગ્ર વિશ્વ આ ચક્રમાં આવર્તિત થાય છે. આ ચક્રનું આવર્તન બિંદુને કેન્દ્ર બનાવીને થાય છે. આ રીતે સમગ્ર વ્યક્ત જગત વચમાંના કેન્દ્ર બિંદુની પ્રદક્ષિણા કરે છે. બિંદુ અપરિવર્તનશીલ, ઉદાસીન, નિશ્ચલ સાક્ષીરૂપ છે. આ પરિધિ તરફથી કેન્દ્ર તરફ જવાનો નિશ્ચલ પ્રયત્ન તે પ્રદક્ષિણા છે. એવું ઉક્ત સૂત્રનું રહસ્ય છે.

સાંખ્ય દર્શનમાં અને પરિણામ (સદૃશ અને વિસદૃશ, અનુલોમ અને વિલોમ) કહે છે. યૈદિક સાહિત્યમાં એનું નામ સંપત્સરચક્ર અથવા ઉત્તરાયણ અને દક્ષિણાયન ગતિ કહે છે. ઉત્તરાયણ યા ઊર્ધ્વગતિને દેવયાન અને દક્ષિણાયન યા અધોગતિને પિતૃયાન કહે છે. જેમણે ચંત્રની ષોડશનિત્યાની આલોચના કરી હશે, તેઓ જાણે છે કે સૃષ્ટિ-સંહારજ શુકલ અને કૃષ્ણપક્ષના રૂપમાં માસચક્ર છે. ચંદ્રની ષોડશીકળા અમૃત સ્વરૂપ અને બિંદુ સ્વરૂપ છે.

સ્થૂળ સ્તર પર જઈને પ્રસાર શક્તિ પ્રતિહત થાય છે. સ્થૂળ જગત જ બાહ્ય જગત છે. બાહ્ય જગતમાં સ્થૂળ દેહમાં કાળચક્ર આવર્તિત થતું રહે છે. આવર્તન-માર્ગનો એક વામ અંશ ઇંડા (ચંદ્ર) અને બીજો દક્ષિણ (જમણો) અંશ પિંગળા (સૂર્ય) છે. આ બંને માર્ગોમાં પ્રત્યેક અસંખ્ય શાખા-પ્રશાખાવાળા છે અને માછલીની જાળની માફક સમસ્ત દેહમાં વ્યાપી રહેલ છે. પ્રસાર શક્તિ સ્થૂળમાં આવીને પ્રતિહત થાય છે, એ કહેવામાં આવેલ છે. તેવી જ રીતે જીવ પણ સ્થૂળ કોષમાં આ બદ્ધ થઈ જાય છે. પ્રથમ સ્મૃતિને ભૂલી જાય છે, યેષ્ણવી માયાથી વિમોહિત થઈને ઇંડા-પિંગળા માર્ગથી શ્વાસ-પ્રશ્વાસ રૂપમાં સંચરણ કરતો રહે છે. આ સંસારને સંસાર ગતિ અથવા કાળચક્રમાં પરિભ્રમણ કહે છે. આ જીવની સૌથી મોટી પરિક્રમા (પ્રદક્ષિણા) છે. જે શક્તિ પ્રવાહ પ્રથમ જ્યોતિરૂપમાં અને પછી નાદરૂપમાં પ્રકટિત થયો હતો, તે સ્થૂળ રૂપમાં પ્રાણરૂપમાં (કહેવાનું નહિ હોય, જ્યાં સુધી સંભવ છે, અમે પારિભાષિક શબ્દોને છોડવાની ચેષ્ટા કરી છે.) પ્રકાશિત થાય છે. પ્રાણ શબ્દ નાદ અને જ્યોતિના પર્યાય રૂપમાં પણ વ્યવહાર થાય છે. સ્પંદન યા કંપન જ પ્રાણતત્ત્વ છે. જ્યોતિ, નાદ અને તથા કથિત પ્રાણ એક જ શક્તિનો ક્રમિક વિકાસ છે. એને સ્મરણમાં રાખવું જોઈએ.

જ્ઞાનેન્દ્રિય, કર્મેન્દ્રિય, પ્રાણાદિ, વાયુ, પ્રભૃતિ આ પ્રાણશક્તિના વિકાસ છે, પ્રસાર શક્તિમાં જ્યારે રૂકાવટ આવે છે તો સંકોચ શક્તિની ક્રિયા શરૂ થાય છે. સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં સર્વત્ર આ જ વ્યવસ્થા છે. આ સંકોચ શક્તિના પ્રભાવથી બ્રહ્માંડ ક્રમશઃ યૈષમ્ય ત્યાગીને સામ્યવસ્થાથી તરફ આગળ વધે છે. અલગથી કોશિશ નહિ કરવાથી પ્રત્યેક વ્યક્તિ બ્રહ્માંડની મુક્તિની સાથે મહાપ્રલયના સમયે મુક્તિ પ્રાપ્ત કરશે. પરંતુ પુરુષાકાર પ્રયોગ કરવાથી બ્રહ્માંડની મુક્તિના સમયની અપેક્ષા નથી કરવી પડતી.

સ્થૂળ આવરણમાં વેષ્ટિત થઈને જીવ સૂક્ષ્મ સુષુમ્ણા માર્ગમાં પ્રવેશ નથી કરી શકતો. પૂર્વ સંસ્કાર યા વાસના, અભિમાન યા કર્તૃત્વ-બોધ, ફળની આકાંક્ષા યા ભોગાભિલાષ (જેને કામના કહે છે) આ ત્રણ આ વરણોથી જીવનું સ્થૂળત્વ થયું છે. વિષય, ઇન્દ્રિય આદિ રૂપમાં આ સ્થૂળ આવરણ જીવને પોતાના ધામમાં પ્રત્યાવૃત્ત (ફરીથી આવવા) નથી દેતા.

જીવ માત્ર જ જ્ઞાન યાહે છે, આનંદ ઈચ્છે છે, અમૃત ઈચ્છે છે એક શબ્દમાં બ્રાહ્મી સ્થિતિ યાહે છે અને તેની આશામાં વિષયના રાજ્યમાં ધૂમે છે. વાસ્તવમાં વિષય આદિ તેના પ્રાર્થનીય નથી. આનંદ જ પ્રાર્થનીય છે. આનંદના સાધન રૂપમાં ગોણલાવથી તે વિષય આદિની કામના કરે છે. પરંતુ, યુગ-યુગાન્તર, અહીં સુધી કે કલ્પ-કલ્પાન્તર, લોક-લોકાન્તરમાં સંચરણ કરીને પણ તેની આકાંક્ષા તૃપ્ત નથી થતી. એનું એક માત્ર કારણ એ છે કે તે સમસ્ત વાસના અને કર્તૃત્વ આદિથી પરિભ્રમણ કરે છે. જ્યાં સુધી વાસનાનો ઉચ્છેદ કમ સે કમ એક નિમેષ માટે પણ નથી થતો, ત્યાં સુધી સુષુમ્ણાનો પ્રવેશપથ નથી મળતો. કારણ કે સ્થૂળ વસ્તુ સૂક્ષ્મ માર્ગમાં પ્રવેશ નથી કરી શકતી. ભૂત શુદ્ધિ, ચિત્ત શુદ્ધિ આદિનો હેતુ આસ્થૂળતા વિસર્જનના સિવાય બીજો કોઈ નથી. પંચભૂત જ્યારે શુદ્ધ થાય છે તો પંચીકરણ નથી રહેતું, અહીં સુધી પંચબિંદુ પણ એક બિંદુમાં પરિણત થઈ જાય છે. તેની પાછી ચિંતની શુદ્ધિ થવાથી તે એક બિંદુ નિર્મળ થઈને જ્ઞાનચક્ષુ ખોલે અથવા ત્રીજા નેત્રને ખોલે છે. આ વિશુદ્ધ જીવાવસ્થા છે. આ પછી ઈશ્વર તત્ત્વના સમ્બુખીન બની ક્રમશઃ વૃદ્ધિ પામવું જ ઉપાસના છે. ઉપાસનામાં આજ્ઞાચક્રસ્થ બિંદુ અને સહસ્ત્રારસ્થ મહાબિંદુમાં ભેદ રહે છે, અભેદ પણ રહે છે. કુંડલિની ચૈતન્યની સાથોસાથ ઇંડા-પિંગલામાં પ્રવહમાણ સ્ત્રોત સૂક્ષ્મતા પ્રાપ્ત કરીને સુષુમ્ણાના પથથી પ્રવેશ કરે છે. આ પ્રકારે, જીવ શક્તિ વજ્ર અને ચિત્રિણી નાડીને ભેદીને અંતમાં બ્રહ્મનાડી યા આનંદમય કોષમાં જાય છે, આ જ ઐશ્વર્ય અવસ્થા છે, જ્યારે આનંદમય કોષ પર પણ લક્ષ્ય રહી જતું નથી ત્યારે ગુણાતીત પરમ સામ્ય અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે. ઘરિ ઘરિ આ ભેદાભેદની વચ્ચેથી ભેદાંશ વિગલિત થવાથી અભેદની પ્રતિષ્ઠા થાય છે, બ્રહ્મજ્ઞાન લાલ થાય છે. અહીં અનંત બ્રહ્માંડની પ્રદક્ષિણા, જન્મ-જન્માંતરની પ્રદક્ષિણા, લોક-લોકાંતરની પ્રદક્ષિણા, પિંડની પ્રદક્ષિણા સમાપ્ત થાય છે. પ્રદક્ષિણા સમાપ્ત કરતો જીવ અંત બોલે છે :-

યાનિ કાનિ ચ પાપાનિ જન્માન્તર કૃતાનિ ચ ।

તાનિ સર્વાણિ નશ્યન્તુ પ્રદક્ષિણ પદે પદે ॥

આ પ્રદક્ષિણાની ફળશ્રુતિ સફળતામાં પરિણમે તો જીવને ગુણાતીત પરમ સામ્યાવસ્થા બ્રહ્મત્વનો લાલ થાય છે. આમ 'નિશ્ચલ બ્રહ્મત્વ' ની પ્રાપ્તિ થતાં પરમાત્મ પદની પ્રાપ્તિ માટે પ્રદક્ષિણા (ચક્રવ્યૂહ) કે ભટકાવ સમાપ્ત થાય છે. અંતે સૂત્ર 'નિશ્ચલત્વં પ્રદક્ષિણમ્' યાદ કરીએ.

ચૌદમું સૂત્ર

“ સોઢહં માવો નમસ્કારઃ ૧ ”

હું તે જ છું, આ ભાવ જ નમસ્કાર છે.

સમગ્ર જગત, ઈશ્વર, જીવ અને જોય જડ પદાર્થ વ્યષ્ટિ અને સમષ્ટિ રૂપમાં માતૃકાથી ઉદ્ભૂત છે. માતૃકા, મહામાતૃકા, વર્ણમાળા મૂળમાં એ સર્વ એક અદ્વૈત મહા શક્તિની જ ભિન્ન ભિન્ન અવસ્થાના અનુરૂપ નામ છે. યાને અહં રૂપમાં જે પ્રકાશ મનાય છે. તેના મૂળમાં પણ માતૃકા છે. એ અહં પૂર્ણ અહં હોઈ શકે છે, અને અપૂર્ણ પરિચિન્ન અહં હોઈ શકે છે, પણ બંનેમાં જ માતૃકાનો ખેલ અવશ્ય છે. પૂર્ણ અહં સંપૂર્ણ માતૃકામય છે. અકારથી હ્રકાર પર્યંત માતૃકા-વર્ણમાળાનું જે મહાન ચક્ર છે. ‘અ’ થી મતલબ પ્રકાશમાન અને ‘હ’ થી વિમર્શ - આ ‘અ’કાર અને અંતમાં ‘હ’ કાર આ મહામંડળ માતૃકા-મંડળ છે. આ જ પૂર્ણ અહં સ્વરૂપ છે.

સચ્ચિદાનંદ બ્રહ્મ અવ્યક્ત રૂપમાં સત્ અને પ્રકાશ રૂપમાં આત્મપ્રકાશરૂપી આ અનંત માતૃમંડળ છે. પૂર્ણ અહં પરમેશ્વરનું નિત્ય સિદ્ધ અને પરિપૂર્ણ છે. એની બહાર કંઈ જ નથી, રહી પણ નથી શક્તું અને એમાં એની સાથે અભિન્નરૂપમાં અનંત સત્તા છે. તેનાથી પૂર્ણ પરમ પ્રકાશના પૂર્ણત્વમાં વ્યાઘાત નથી હોતો, આ પ્રકાશની બહાર પ્રકાશ કલ્પનીય નથી.

પૂર્ણ અહં એક અને અભિન્ન છે, એમાં ભિન્ન અવયવ રહેવા છતાં પણ તે :- ‘સૂત્રે મણિગ્ઢા ઇવ’ માળામાં મણકાઓ અથવા પુષ્પમાળામાં ફૂલ યાદે જેટલા પણ હોય ફૂલો અથવા મણકાઓનું અંતર્ભેદી સૂત્ર એક જ હોય છે. એટલા માટે માળાને એક કહેવામાં આવે છે. અહીં પણ અંતર્ભેદી સૂત્ર એક જ છે. જે ‘અ’ કારથી ‘હ’ કાર સુધી પ્રસુત થાય છે. આ જે અહં છે, તે એક માત્ર અહં જ છે. એમાં કોઈ પદાર્થ નથી, પદાર્થ હોત તો આ અહં પૂર્ણ અહં ન હોઈને ‘અહં-ઈદં’ ના સમન્વય રૂપમાં પરિણત થયો હોત. પૂર્ણ અહં ચૈતન્ય સ્વરૂપ છે, તેમાં ઈંદતા નથી. એક માત્ર અહંતા જ છે. ઈંદતા સ્વાતંત્ર્ય બળથી સૃષ્ટિ મુખમાં આવિર્ભૂત થાય છે. તે સૃષ્ટિનું નામ મહાસૃષ્ટિ હોય છે. આપણા ખંડકાળના જગતમાં અનંત લોક-લોકાંતર જે કંઈ છે, હતું યા હશે. સર્વ નિત્ય વર્તમાન રૂપમાં તે મહાસૃષ્ટિમાં હયાત છે. ત્યાં કાળ નથી, પણ છે, જે કાળ પરિણામનો સાધક છે, જે કાળને આપણે ધર્મ પરિણામ રૂપમાં જોઈએ છીએ. જે અતીત, અનાગત અને વર્તમાન રૂપમાં આપણી નિકટ પ્રકાશિત થાય છે, તે ભૂમિમાં તે કાળનું અસ્તિત્વ નથી. કિંતુ કાળ નથી, એવી વાત પણ નથી, આ બધું જ ગુહ્ય વિષય છે. તાંત્રિક ગણ એને મહાકાળ કહે છે. અહંથી ઈદં રૂપમાં ભાસમાન થવાથી સૃષ્ટિ રૂપમાં વર્ણિત થવા યોગ્ય છે. એનો આદિ અંત નથી, એટલા માટે એને મહાસૃષ્ટિ કહે છે. જે કોઈ સમયમાં, જ્યાં ક્યાંય પણ કંઈક હતું યા હશે, તે મહાસૃષ્ટિમાં તે વિદ્યમાન છે, પરંતુ આમ છતાં પણ તે અવસ્થા પૂર્ણ અવસ્થા નથી, તે સંકુચિત અવસ્થા છે. કારણ કે તે ઈદં રૂપમાં ભાસમાન છે, અહં રૂપમાં નહિ. આ મહાસૃષ્ટિનો આવિર્ભાવ પૂર્ણ અહંની સત્તાથી જ થાય છે. આ મહાસૃષ્ટિનો સંહાર જ વાસ્તવમાં મહાસંહાર છે.

આ જેને મહાસૃષ્ટિ કહેવામાં આવી, તે ઇદં રૂપમાં સમગ્ર મહાસૃષ્ટિનું પ્રતિક છે. જે મહાયોગીએ મહાકાળની અંદર પ્રવેશ કર્યો છે, એ તેઓની દૃષ્ટિની સામે નિરંતર કરતો રહે છે. એનું કોઈ વિશેષ રૂપ નથી. એ પરમ સામાન્ય રૂપ છે. અતીત, અનાગત અને વર્તમાન અહીં અવસ્થિત છે, સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ કારણ, ચેતન અને અચેતન, જ્ઞાતા-જ્ઞાન અને જ્ઞેય, આંતર અને બાહ્ય સર્વ એની અંતર્ગત છે. આ ઇદં રૂપમાં નિત્ય સિદ્ધ રૂપમાં વિદ્યમાન રહે છે. અન્યાન્ય દર્શન યા અન્યાન્ય યોગની પ્રક્રિયાથી આ સ્થાનમાં આપતાં જ એક હિસાબથી ઇશ્વર પદમાં અધિષ્ઠિત થાય છે, પણ વાસ્તવમાં એવું નથી. આ પણ પૂર્ણત્વની અવસ્થા નથી. કારણ કે આ ઇદં રૂપમાં પ્રતિભાત થાય છે, અહં રૂપમાં નહિ. પૂર્ણ વસ્તુ એક માત્ર અહં છે, તેમાં ઇદંનો લેશ પણ નથી રહેતો. ઇદંભાવ સૃષ્ટિની અંતર્ગત છે.

પૂર્ણ વસ્તુ અખંડ મહાપ્રકાશ અને પરાશક્તિનું સમ્મિલિત, સમ્મૂર્ચિત, અભિન્ન સ્વરૂપ છે, પૂર્ણ સ્વરૂપમાં અહં છે, પણ તે અપૂર્ણ અહં નથી. મહાસૃષ્ટિમાં અહં છે, માયા પ્રમાતા યા જીવ રૂપમાં અનંત યા અસંખ્ય ઇદં સર્વ પ્રથમ છે મહાશૂન્ય રૂપમાં, તેના પછી તે તે પ્રમાતાના પ્રમેય રૂપમાં, જે પછીથી સમજી શકાશે, અને બંનેનું સમન્વયાત્મક વિજ્ઞાન છે. અનંત રૂપમાં કલ્પિત હોવા છતાં પણ એ એક અને અભિન્ન છે.

આ જે પૂર્ણ અહં છે તે નિત્ય સિદ્ધ છે. એને કોઈ અહંકાર નહિ સમજી લે. પૂર્ણ સ્થિતિમાં અહંકાર રહી નથી શકતો, ગ્રાહક ભૂમિમાં અહંકાર રહે છે, તે ચાહે ઇશ્વરીય ભૂમિમાં જ હો, જીવ ભૂમિમાં જ હો. પૂર્ણ સહ ગ્રાહક-પદ-વાચ્ય નથી. ગ્રાહક, ગ્રહણ અને ગ્રાહ્ય આ ત્રિપુટીના અંતર્ગત છે. પૂર્ણ અહંમાં ત્રિપુટી નથી, એક માત્ર અહં છે. પૂર્ણ અહં અને અપૂર્ણ અહંમાં પાર્થક્ય (જુદાપણું) શું છે, એ સંક્ષેપમાં બતાવી દો, પૂર્ણ અહં નિરપેક્ષ છે, સ્વતંત્ર છે, કિંતુ ગ્રાહકરૂપી અહં નિરપેક્ષ પણ નથી, સ્વતંત્ર પણ નથી. ગ્રાહક અહં ગ્રાહ્ય ઇદં સાપેક્ષ છે, કારણ કે ગ્રાહ્ય ન હોવાથી ગ્રાહક નથી રહી શકતો. પૂર્ણ અહંમાં ગ્રાહ્ય ક્યાં છે, ગ્રહણ જ ક્યાં છે અને ગ્રાહક જ ક્યાં ? સમસ્ત અખંડ રૂપમાં બસ એક અહં છે, ત્યાં બીજા કોઈને સ્થાન નથી. ગ્રાહક રૂપી અહં અને પૂર્ણ અહંમાં ઘણી જ પૃથક્તા છે. ગ્રાહક રૂપી અહં સૃષ્ટ કોઈપણ ઉપાધિને આશ્રય કરીને હોય છે, સમજી લેજો કે આ જે સૃષ્ટ આશ્રય છે, ખરું જોતાં તે બે વિભાગમાં વિભાજિત છે. બંને જડ છે, પરંતુ એકમાં પ્રાણની ક્રિયા થાય છે અને ત્યાં અહં પ્રતિતીનો ઉદય છે અને બીજામાં પ્રાણની ક્રિયા નથી હોતી અને ઇદં રૂપમાં પ્રતિત થાય છે, અહં રૂપમાં નહિ. તેને સાધારણ રૂપમાં જડ વસ્તુ કહે છે. એટલે સમજવું જોઈએ કે જડ વસ્તુ બે પ્રદારની છે - એકનો અહં આશ્રય કરે છે અને તે જ અહં ગ્રાહક પદમાં પરિણત થાય છે. બીજાને ગ્રાહ્ય કહેવામાં આવે છે. એની અંદર એક રહસ્ય છે. જેનું વિવરણ પછી બતાવાશે. શાસ્ત્રનું કથન છે કે - 'પ્રાક્ સંવિત્ પ્રાણે પરિણતા' - સર્વિતરૂપ ચૈતન્ય જ્યારે સૃષ્ટિની ધારામાં આવીને અવરોહણ કરે છે, તો સર્વ પ્રથમ તે પ્રાણરૂપમાં પરિણત થાય છે. કારણ કે અહંમાં જે સર્વ પ્રથમ તે પ્રાણરૂપમાં પરિણત થાય છે. કળા - 'અ' કાર છે, એ જ મહાપ્રકાશનો ધોતક છે. અને 'હ' કાર પ્રાણનો ધોતક છે. બંને એક છે આમ છતાં એક નથી. એક શિવરૂપી બીજો શક્તિરૂપી છે. પરંતુ ચિત્તરૂપમાં બંને અભિન્ન છે.

આ બંનેના સમ્મિલનમાં અન્તવર્તી ભાવથી અસંખ્ય કળા છે. ‘અ’ કારથી ‘હ’ કાર સુધી પચાસ કળા પ્રસિદ્ધ છે. એમાં ઉપકળાના રૂપમાં અન્ત કળાઓ ખેલી રહી છે. ‘અ’ કાર થી ‘હ’ કાર સુધી પ્રસર સમાપ્ત થતાં બંનેના આલિંગનથી અન્તવર્તી રૂપમાં તમામ કળાઓ અભિન્નરૂપમાં પ્રકાશમાન થઈને અહંને જગાડી દે છે. આ ‘હ’ કાર આ ભૂમિમાં આવતાં જ સંવિત્ પ્રાણમાં બદલાય જાય છે. આજે ‘હ’ કાર છે, આ સાંસારિક દષ્ટિથી ગ્રાહક અને ગ્રાહ્યનો સંયોજક છે. જ્યાં સુધી મહાશૂન્યનો આવિર્ભાવ થવાથી પણ ‘હ’ કારનો આવિર્ભાવ નથી. ત્યાં સુધી દેહાત્મ બોધના ઉદયની સંભાવના નથી રહેતી. આને જરા સમજીને કહીએ તો - પ્રથમ એમ સમજો, ‘અ’ રૂપી પ્રકાશ પરિચિન્ન થઈને માયા પ્રમાતા નામથી પરિચિત છે, જે સાધારણતઃ જીવ કહીએ છીએ. તંત્રમાં જેને પશુ કહે છે. એમાં પૂર્ણ અહંની અર્થાત્ પરમેશ્વરની સ્વાતંત્ર્ય શક્તિ સંકુચિત થઈ ગઈ છે.

આપણે જાણ્યું કે અહં બે પ્રકારના છે, એક અકૃત્રિમ, સ્વભાવસિદ્ધ અહં, એમાં પ્રાણ નથી, આણવભાવ પણ નથી. આ જ પૂર્ણ અહં છે. એની સામે તટસ્થ રૂપમાં દશ્ય પણ નથી. અને એક છે ગ્રાહકરૂપી અહં ગ્રાહકરૂપી અહં દેહાત્મ બોધવાળો છે. તેમાં પ્રાણની ક્રિયા થાય છે અને તેમાં દષ્ટ રૂપમાં બાહ્ય જગતનું અવભાસન થાય છે. કોઈ કુશળતા પૂર્વક જો આ ગ્રાહકરૂપી અહંની દષ્ટિ સામેથી આ દશ્યને હઠાવી દઈ શકાય અથવા જે આશ્રય યા દેહના સહારે તેનો અહંભાવ વિકસિત થયો છે, તેને અલગ કરી દેવામાં આવે, તો તે જ ક્ષણે તે ગ્રાહકરૂપી અહં પૂર્ણ અહંમાં પ્રવેશ કરે છે.

આ પ્રાણ હંસ છે. પોતાના સ્વભાવથી તે અધઃ ઊર્ધ્વ સંચરણ કરે છે :- ‘હ’ કાર વિમર્શ રૂપમાં હાન (ત્યાગ) કરે છે અને ‘સ’ કાર વિમર્શ રૂપમાં સમાધાન (ગ્રહણ) કરે છે. ત્યાગ અને ગ્રહણ એનો સ્વભાવ છે. આ નાદાત્મક હંસનો નિત્ય ઉચ્ચાર છે. અનયુક્ત (હ) અભિ વ્યંજક ‘અ’ કાર. આ નાદના શિરોરૂપમાં કલ્પિત થાય છે. આ આકારના જોડાવાથી ‘ઠ...’ કાર અધઃ ઊર્ધ્વ સંચારક થવાને લીધે ચરણ રૂપમાં કલ્પિત થાય છે ઠ - કારનો યોગ થવાથી બિંદુ આદિ પ્રમથેના પ્રગટ થવાનો સૂત્રપાત થાય છે. આ અનુસ્વાર યા ‘મ’ કાર માત્રામાં જ હોય છે. આ પ્રકારે અ-ઠ-મ યા ‘ઐ’ પ્રાણ રૂપમાં આ ઉચ્ચારણની ઉપલબ્ધિ સંભવિત બને છે.

અજપા મંત્ર ‘સોહ’ માં ‘સઃ’ અંશ પ્રાણરૂપમાં અને ‘હ’ અંશ અપાનવૃત્તિ રૂપમાં પોતાના દેહમાં અનુસ્યૂત છે. ‘હ’ શબ્દથી અપાનવૃત્તિનો સામ્ય મૂલક સંબંધ છે. એટલે ‘હ’ કાર અપાનવૃત્તિની સૂચના કરે છે. તેવી રીતે ‘સઃ’ કાર પ્રાણનો બોધ કરાવે છે. ‘સઃ’ અને ‘હ’ કાર મંત્રનાં આ બંને ભાગ પ્રાણ અને અપાન વૃત્તિરૂપમાં પોતાના દેહમાં સંદેવ ક્રિયા કરે છે. નિરંતર આપું સોચવું અજપાજપ છે.

યોગીને કર્તવ્ય છે સહિત (મંત્રયુક્ત) અથવા કેવળ (મંત્રહીન) પ્રાણાયામ દ્વારા અર્થાનુસંધાન કરીને પ્રાણ અને હંસમંત્રનું ઉચ્ચારણ કરવું, પ્રાણવાર્થ જે હંસ રૂપ છે, તેનું સોહ રૂપમાં અનુસંધાન કરવું. આ ઐક્ય અનુસંધાન જ નમસ્કાર યોગનું રહસ્ય છે. અજપાનું તાત્પર્ય એમાં નિહિત છે. સૂત્ર કહે છે :- ‘સોહ’ માનો નમસ્કારઃ ૧’ હું તે જ છું,

આ ભાવ જ નમસ્કાર છે. અહીં નમસ્કાર ભાવ વિનમ્રતા પૂર્વકનો સ્વીકાર છે. આ મુદ્રાને ચિન્મુદ્રા કહે છે. પ્રચલિત ભાષામાં એનું નામ શાંભવી યા ખેચરી મુદ્રા છે. આ મુદ્રાનું તાત્પર્ય છે કે પોતાનાથી ભિન્ન બીજું કોઈ જ નથી. આ બોધમાં સ્થિતિ આત્માના અર્થનની પ્રશસ્ત (પૂજા) પદ્ધતિ છે. સર્વદા ‘સોહમસ્મિ’ માં મગ્ન રહેવું. આ પ્રત્યક્ષ યોગ પણ છે અને યાગ પણ છે. આ પછી તો મુદ્રા ધારણ આપમેળે જ થઈ જાય છે.

ભારતીય અધ્યાત્મ ચિંતનમાં એ પ્રથમ સ્થિતિ છે :- ‘હું છું’ ની છે. બીજી ‘હું’ ની છે. હું (અહમ્) ઓગળી ગયો, પરંતુ મારું અસ્તિત્વ હજી છે. જો કે હું ખાલી છું. કંઈ પણ નથી, તો પણ હું છું. એને ‘છું’ કહે છે. પહેલાને તે કહે છે. અહંકાર-ઇગો, બીજાને તેઓ કહે છે અસ્મિતા - એમનેસ - હુંનું હોવાપણું. જો કોઈ ગહનતામાં અંદર જાય છે - અહંકારમાં, તો તે અસ્મિતાને પામે છે. અને હવે જો કોઈપણ ઊંડાણમાં જાય આ ‘હું’ ના તો તે દિવ્યતાએ પહોંચી જાય છે. ત્યારે તે કહે છે ‘હું જ તે છું’ - ‘અહં બ્રહ્માસિ’ હું જ બ્રહ્મ છું. આ જ કોઈ થવાનો આધાર બની જાય છે. ખોવાઈને, મટી જઈને જ વસ્તુતઃ સર્વ કંઈ બની જાય છે. ખોવાઈને, મટી જઈને જ વસ્તુતઃ સર્વ કંઈ બની જાય છે. જમીન નાંખેલું બીજ સડીને પોતાનું અસ્તિત્વ ગુમાવીને મોટા વૃક્ષ રૂપ બની જાય છે. અંતમાં સૂત્ર :- ‘સોહમસ્મિ’ મગ્ન રહેવું. ઇ તિ નમસ્કાર યોગ રહસ્યમ્ ।

પદરમું સૂત્ર

“ મૌનં સ્તુતિઃ ૧ ”

મૌન જ સ્તુતિ છે.

સ્તુતિ, પ્રસ્તુતિ, સંસ્તુતિ એ શબ્દોના ભેદ સમજવા જેવા છે. સ્તુતિમાં પરમાત્મા, ઈષ્ટદેવ, ગુરુ, પ્રિય પ્રાત્રનાં ગુણાનુવાદ થાય, ગુણગાન થાય, સદ્ગુણોનું વર્ણન થાય. પ્રસ્તુતિમાં જે તે સ્વરૂપમાં યથાતથ વસ્તુની કે વિચારધારાની, મંતવ્યની, કર્તવ્યની, ગંતવ્યની રજુઆત કે જાણ થાય છે અને સંસ્તુતિમાં ચોક્કસ પ્રકારની નિર્ભેળ વિચારોવાળી વાક્ધારા પ્રગટ થાય છે તે સત્ય હકીકતનું વર્ણન કરે છે.

સ્તુતિ - સ્તવનમાં અહોભાવ હોય, યથાર્થ મહિમાગાન હોય, ઈષ્ટ પરત્વેનું ભવ્ય પ્રદર્શન હોય, સ્તુતિ કરતાં ભાવ વિભોર બનાય. આત્મજ્ઞાન-દેહભાન ભૂલાય.

સ્તુતિમાં લાગણીને સ્થાન છે, માંગણીને સ્થાન નથી. સ્તુતિમાં ફળશ્રુતિ ઉમેરાય, ઈચ્છાપૂર્તિના પ્રલોભન દર્શાવાય ત્યારે સ્તુતિ પ્રાર્થનારૂપ બની જાય છે. કોઈને સંતાન જોઈએ, પત્નિ જોઈએ, મકાન જોઈએ, નોકરી જોઈએ, વાહન જોઈએ. ધન-ધાન્ય, નોકર-ચાકર જોઈએ, કોઈને સ્વતંત્રતા જોઈએ. કોઈને રત્નો-પ્રસાદનો, સુખ-સગવડ અને વિલાસ જોઈએ. લોકોની માંગણીઓ એટલી બધી અંતહીન છે જેનો પાર નથી. લોકો દેવી-દેવતા કે પરમાત્માની કોઈપણ પૂજા-ઉપાસના કે તેની પાછળ ફળ પ્રાપ્તિની લાલસા અવશ્ય હોય છે, બાધા માનતામાં સોદાબાજી હોય છે અને પ્રાર્થનામાં માંગણીની લાગણી હોય. સ્તુતિ નિષ્કામ હોઈ શકે. પ્રાર્થના નિષ્કામ હોતી નથી. સ્તુતિ એક કર્તવ્ય છે, ફરજ છે, જ્યારે પ્રાર્થનામાં સ્પર્થ-પરમ માંગણી જ મહદ્અંશે અગ્રસ્થાને છે.

સ્તુતિમાં શબ્દ, અર્થ, જ્ઞાન મહત્વપૂર્ણ નથી. શબ્દના ઉચ્ચારણ વગર મૌન અવસ્થામાં સ્તુતિ થઈ શકે છે. ત્યાં ભાવના પ્રધાન છે. પ્રાર્થનામાં શબ્દ, અર્થ, જ્ઞાન, વિચારો ગુંથણી, પદ્ય - ગદ્ય, રાગ - રાગણી બધું આવી શકે. સંગીત વાદ્યોનો સાથ લઈ શકાય. સ્તુતિમાં ભાવ અંતર્મુખી છે. જ્યારે પ્રાર્થનામાં ભાવ બહિર્મુખી છે. સ્તુતિને એકાંત જોઈએ. પ્રાર્થના સમૂહ અને સભા પણ આવકારે છે. સ્તુતિને એકાંત જોઈએ. પ્રાર્થના બહારની દૂનિયા સંસારમાંથી આવે છે. જ્યારે સ્તુતિ-સ્તવન આત્માના અંતરાલમાંથી મૌનમાં પ્રગટ થાય છે. એમાં પરમ સત્યનું અનુસંધાન હોય છે. એટલે સૂત્ર કહે છે - ‘મૌનં સ્તુતિઃ ૧’

ભગવદ્ ગીતામાં શ્રી ભગવાન સ્વમુખે કહે છે કે :- જે પુરુષ એક સચ્ચિદાનંદ દાન પરમાત્મામાં જ નિત્ય એકી ભાવથી સ્થિત રહીને આ ત્રિગુણમયી માયાના પ્રપંચરૂપ સંસારથી સર્વથા અતિત થઈ ગયો છે. તે ગુણાતીત પુરુષના અભિમાન રહિત અંતઃકરણમાં ત્રણ ગુણોના કાર્યરૂપ પ્રકાશ, પ્રવૃત્તિ અને મોહાદિ વૃત્તિઓ પ્રગટ થવા અને ન થવા પર કોઈ કાળમાં પણ ઈચ્છા-ક્ષેષ આદિ વિકાર નથી હોતા, આ તેના ગુણોથી અતીત થવાના પ્રધાન લક્ષણ છે. ત્રિગુણમયી માયાથી ઉત્પન્ન થયેલ અંતઃકરણ સહિત ઈન્દ્રિયોનું પોત-પોતાના વિષયોમાં વિચરવું જ ગુણોનું ગુણમાં વર્તવું છે.

સમદુઃખસુખઃ સ્વસ્થઃ સમલોષ્ટાશ્મકાગ્ચનઃ ।
તુલ્યપ્રિયાપ્રિયો ધીરસ્તુલ્ય નિન્દાત્મ સંસ્તુતિઃ ॥
(મ.ગીતા અ.૪/૨૪)

જે નિરંતર આત્મભાવમાં સ્થિત, દુઃખ-સુખને સમાન સમજનારા, માટી, પથ્થર સુવર્ણમાં સમાન ભાવવાળા, જ્ઞાની, પ્રિય તથા અપ્રિયને એકસમાન માનવાવાળા અને પોતાની નિંદા-સ્તુતિમાં પણ સમાન ભાવવાળો છે, એટલે કે મોન જ સ્તુતિ છે.

માનાપમાનયોસ્તુલ્યસ્તુલયો મિત્રારિપક્ષયોઃ ।
સર્વારમ્ભપરિત્યાગી ગુણાતીતઃ સ ઉચ્ચતે ॥
(મ.ગીતા અ.૧૪/૨૫)

જે માન અને અપમાનમાં સમ છે, મિત્ર અને યૈરી પક્ષમાં પણ સમાન છે અને સંપૂર્ણ આરંભોમાં કર્તાપણાના અભિમાનથી રહિત છે. તે પુરુષ ગુણાતીત કહેવાય છે.

જે પુરુષ અવ્યભિચારી ભક્તિ દ્વારા મને નિરંતર ભજે છે. જેની સ્તુતિમાં કોઈ માંગણી, અપેક્ષા કે સોદાબાજી નથી. જે નિંદા અને સ્તુતિમાં સમાન છે. સાક્ષીભાવે મોન છે. લાગણી અને માંગણીમાં મોન રહીને જે વર્તે છે. તે સહજ રીતે ત્રણે ગુણોથી પર થઈ સચ્ચિદાનંદ ધન બ્રહ્મને પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય બની જાય છે.

બ્રહ્મણો હિ પ્રતિષ્ઠાહમમૃતસ્યાવ્યયસ્ય ચ ।
શાશ્વતસ્ય ચ ધર્મસ્ય સુખસ્યૈકાન્તિકસ્ય ચ ॥
(મ.ગીતા અ.૧૪/૨૬)

કારણ કે તે અવિનાશી પર બ્રહ્મના અને અમૃતના તથા શાશ્વત ધર્મના અને અખંડ એક રસ આનંદનો આશ્રય હું છું.

આમ અખંડ એક રસ બ્રહ્માનંદને પ્રાપ્ત કર્યા પછી કોઈ માંગણી, લાગણી કે અપેક્ષા ટક્તા નથી તો પ્રાર્થનાનું અસ્તિત્વ ક્યાંથી હોય ? પ્રાર્થના સ્તુતિમાં અને સ્તુતિ મોનમાં પરિણમે છે. ‘માનં સ્તુતિઃ’ આ છે સ્તુતિનું રહસ્ય.

સ્તુતિ શબ્દનો એક આંગળિયાત શબ્દ છે ‘સ્તુત્ય’. જ્યારે કોઈ ગુનાખોરને માર પડે કે ઉચિત સજા મળે ત્યારે લોકો તેનો બચાવ નથી કરતા, જે થાય તે સજા થવા દે છે અને મોન રહી સંમતિ આપે છે. ચોરને ચોરીની સજા મળે, પાપીને પાપની સજા મળે, વ્યભિચારીને વ્યભિચારની મળે, ઠગને ઠગવાની સજા મળે, જુલ્મીને જુલ્મની સજા મળે, ખૂનીને ખૂનની સજા મળે કે તેનું પણ ખૂન થાય ત્યારે આમ જનતા તેને ઉચિત સમજે છે. મોન સંમતિ આપે છે કે જે થયું તે બરાબર છે. આ સૂચક મોન સંમતિ માટેનો શબ્દ છે. ‘સ્તુત્ય’ જે સમયસરનું, ન્યાયોચિત, નૈસર્ગિક છે તે બધું સ્તુત્ય છે. જ્યાં મોટો વિરોધભાસ હોય, હઠાગ્રહ હોય, મોટા જનસમુદાયને જે વાતથી નુકસાન થવાનું હોય તેવા પ્રસંગે સમજુ માણસો નિરર્થક વિવાદમાં પડતા નથી અને પરિસ્થિતિનો તાગ મેળવી અભિપ્રાય માટે ચૂપકીટી મોન સેવે છે તે સ્તુત્ય છે. કૌરવ સભામાં ભીષ્મ પિતામહ, ગુરુ દ્રોણાચાર્ય, કુલગુરુ કૃપાચાર્ય, અંધ ધૃતરાષ્ટ્ર, દ્રોપદી વસ્ત્રહરણ જેવી યુગાન્ત ઘટના પરત્વે મોન રહ્યા તેનાં વિવિધ કારણો હતાં એમાં અસહાય દશા, કાળ પ્રેરિત ઘટના નિર્લજ્જતા, સત્તાભૂખ, નિર્લજ્જતાપૂર્ણ અહંકારનો

સામનો કરવાનો અભાવ, મમત્વ જેવાં અનેક પરિબળો કામ કરતા હતા. દ્રૌપદીના વાગ્જાણ આંધળાના પુત્ર અંધ હોય, એનું દૂર્યોધનને વેર વાળવું હતું, કર્ણની સૂત પુત્ર તરીકે દ્રૌપદીએ કરેલી અવજ્ઞા વગેરે બદલો વાળવાની તક હતી. પાંડવો રાજપાટ અને દ્રૌપદીને ધૃતક્રીડામાં હારી ચૂક્યા હતા. એટલે પોતાની તાકાત વાપરી નહોતા શકતા. આ ઘટના પાછળ દરેક પોત પોતાની રીતે મોન સેવી ઘટના માટે મંતવ્ય ધરાવતા હતા અને સ્તુત્ય માનતા હતા. મોનને ત્યારે બધા ભાન-સાન ગુમાવી બેઠેલા મહારથિ અને બુદ્ધિ જીવીઓને ખબર નહોતી કે આ ઘટના એવી છે કે ઇતિહાસ પણ જેને યુગો સુધી માફ નહિ કરી શકે. ઇતિહાસ આ પાત્રોનો જન્મ-જન્માંતર સુધી ન્યોયોચિત જવાબ માંગશે. આ ઘટના કુસ્વંશીય સતી સન્નારી દ્રૌપદીની લાજ લૂંટવાનો માત્ર નહિ, ભારતીય નારીના સન્માન અને લાજનો પ્રશ્ન હતો. ઇતિહાસનો જીવંત પ્રશ્ન હતો તે બધું જ મહાભારતના યુદ્ધનું મૂળ છે. આવી આવી ઘટનાઓ બને તે સ્તુત્ય નહિ કહી શકાય પરંતુ ઘટનાઓના પરિણામ સ્વરૂપે જે મહાભારત યુદ્ધ અનિવાર્ય બન્યું તે યોગ્ય હતું, જે તે કાળમાં પ્રેરિત ઘરના પાછળ સૂત્રને સ્વીકારી ફરીથી યાદ કરીએ :- મૌન સ્તુતિ :

જે કરવાનું સર્વ કર્યું છે,
બીજું કરવાની યાહના નથી.
બીજું જાણવાનું તે સર્વ જાણી લીધું છે,
બીજું જાણવાની યાહના નથી.
જે પ્રાપ્ત કરવાનું તે પ્રાપ્ત કર્યું છે,
બીજી પ્રાપ્તિની ઇચ્છા નથી.
થવાનું તો થઈને જ રહેશે,
હવે ગુમાવવા જેવું રહેતું નથી.
જ્યાં હું જ વ્યાપ્ત છું બધે,
આવવાની કે જવાની શું જરૂર ?
બુદ્ધિ છૂટી, મન પણ તૂટ્યું - છૂટ્યું,
વિચારો પણ છૂટી રહ્યા છે 'શરદ' !
શબ્દોના સાથિયા નથી પૂરવા મારે,
અંતરાલમાં મોન - સ્તુતિ જ ફળશે.
પ્રાણ-પ્રાણેશ્વરને મળશે ત્યારે,
અંતરાલમાં મોન - સ્તુતિ જ ફળશે.
શરીર છૂટે સૌ અંત પૂજાનો,
'શરદ' પૂજા શાશ્વત તું છે 'તત્ત્વમસિ'....!

છેવટે મોન જ સ્તુતિ છે, મોન જ સ્તુત્ય છે.

સોળમું સૂત્ર

“ સર્વ સન્તોષો વિસર્જનમિતિ સ एव वेद । ”

પૂર્ણ સંતોષ વિસર્જન છે, અર્થાત્ પૂજાની ક્રિયાની સમાપ્તિ છે. એવું જાણે છે તે જ જ્ઞાનને ઉપલબ્ધ છે.

સંત તુલસીદાસના કથનને યાદ કરીને તો :-

गोषन गजघन वाजीघन मिले राजसन्माना ।

जब आवे संतोष घन सब घन बूल समाना ॥

ગાયરૂપી ઘન, હાથી-ઘોડારૂપી ઘન રાજ્ય તરફથી ખૂબ માન-સન્માન મળે. (પુરસ્કાર મળે). પરંતુ જીવનમાં સંતોષ ન હોય તો બધું નકામું છે. જ્યારે સંતોષરૂપી ઘન જીવનમાં આવે ત્યારે બીજું કંઈ પ્રાપ્ત કરવાનું રહેતું નથી. બધું જ ઘન ઘૂળ સમાન છે. જીવનના અંતે બધું અહીંનું અહીં છોડીને જવાનું છે. સમજણમાં પણ વિસર્જનનો ભાવ ભરેલો છે.

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ ગીતામાં ૧૨મા અધ્યાયમાં સ્વમુખે કહે છે કે :-

संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढ निश्चयः ।

मय्यर्पित मनोबुद्धिर्यो मन्दक्तः स मे प्रियः ॥ (૧૨/૧૪)

જે યોગી નિરંતર સંતુષ્ટ છે, મન-ઇન્દ્રિયો સહિત શરીરને વશમાં કરીને, મારામાં દૃઢ નિશ્ચયવાળો છે. તે મારામાં અર્પિત મન-બુદ્ધિવાળો મારો ભક્ત મને પ્રિય છે.

छलयनिन्दास्तुतिर्मौनि संतुष्टो येन केनचित् ।

अनिकेतः स्थिरमतिर्वीक्षितमान्मे प्रियो नरः ॥ (૧૨/૧૯)

જે નિંદા અને સ્તુતિને સમાન સમજવાવાળો, મનનશીલ (મોન પાલન કરનારો) સંતુષ્ટ એવો કે કંઈ આપ્ત સંજોગોમાં પ્રાપ્ત થાય છે પૂરતું છે એમ માની જીવન જીવનારો, શરીરના નિર્વાહમાં ખૂબ જ સંતોષ અને રહેવાના સ્થાનમાં મમતા અને આસક્તિથી રહિત છે. તે સ્થિર બુદ્ધિ ભક્તિમાન પુરુષ મને પ્રિય છે.

આપ્ત સંજોગો અને પ્રાપ્ત પરિસ્થિતિમાં સંતોષ માની જે જીવન નિર્વાહ કરે છે. તેને જ જીવતાં આવડે છે. તે જિંદગીને જીવી જાય છે, જીતી જાય છે. નીતિકાર તો કહે છે કે :- ‘સંતોષેણ વિના પરમવપદં પ્રાપ્નોતિ સર્વે જનાઃ ।’ સંતોષ વગરનો મનુષ્ય પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં હાર-પરાજયને જ પ્રાપ્ત કરે છે. જ્યારે કહેવત પ્રમાણે ‘સંતોષી નર સદા સુખી’. આમ સંતોષથી બધાં દુઃખનું વિસર્જન અને સુખનું સર્જન થાય છે. આમ પૂર્ણ સંતોષમાં જ જીવન જીવનાની કળા છે અને સાચું જ્ઞાન છે. ક્યાંય પણ ગયા વિના જ ક્ષણને જાણવી છે ત્યારે તમે સંતુષ્ટ છો, તમને સંતોષ પ્રાપ્ત છે. સંતોષની દેવી કહો કે સંતોષની વૃત્તિ માતા સંતોષીના તમે કૃપા પાત્ર છો. સંતોષનો અર્થ છે :- જીવનને અહીં અને આજ ક્ષણે ક્ષણ જીવવું. તેનાથી ભાગવાનું નહિ. બસ, ખટાશ અને ખટરાગ વગરનું મધુર તાજગી પૂર્ણ જીવન. જીવનમાં સર્વત્ર સંતોષ અને સંતોષીનું જ દર્શન. એટલે જ સૂત્ર ‘સર્વ સંતોષો વિસર્જનમ્’ અનુસાર પૂર્ણ સંતોષથી બધા જ દુઃખનું વિસર્જન (વિદાય) થાય છે.

વિસર્જન એક વિશેષ પ્રક્રિયા છે. વિસર્જનનો અર્થ ત્યાગ કરવો, છોડી દેવું એવો એક અનાસક્ત ભાવ છે. ભારતમાં જ્યારે કોઈ ઈષ્ટ દેવતા કે દેવીની પૂજા કરવાની હોય તો તેની પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા પૂર્વક સ્થાપના થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે શ્રી ગણેશોત્સવ પ્રસંગે ગણેશજીની તેમજ દુર્ગાપૂજા કે નવરાત્રિના દિવસોમાં, દુર્ગાની તેમજ અન્ય વિશિષ્ટ અવસર પર ચણાદિ કાર્યોમાં વિવિધ દેવી-દેવતાઓની પ્રતિક મૂર્તિઓની સ્થાપના અને પૂજા થાય છે. કોઈ વિશેષ દિવસ, કોઈ વિશેષ સમય સુધી તેની વિધિ-વિધાન મુજબ પૂજા થાય છે. જ્યારે પૂજા સમાપ્ત થઈ જાય છે તો દેવતાનું વિસર્જન કરી દેવામાં આવે છે. સમૃદ્ધ અથવા નદીમાં મૂર્તિ વિસર્જિત થાય છે.

આ વાત ખૂબ જ અનોખી છે. આવું કેવળ ભારતમાં જ થાય છે, બાકી સંસારમાં ક્યાંયે થતું નથી. બાકી બધી જગ્યાએ સ્થાયી મૂર્તિઓ છે. દેવતાઓની કેવળ ભારતમાં અસ્થાયી મૂર્તિઓ છે. આ ફક્ત અહીં જ થાય છે.

એક મનગમતી મૂર્તિનું નિર્માણ કરો, પૂજા કરો, ભાવ વ્યક્ત કરો, તેની સાથે હસો, નાચો, ગાવ, રડો જે કરવું હોય તે કરો, પરંતુ પૂજા પૂરી થઈ ગઈ, કામ પતી ગયું, હવે બીન ઉપયોગી થઈ ગઈ તેને ફેંકી દો, નિકાલ કરો અથવા વિસર્જિત કરો. આ એક મોટું સાહસ છે. એક મનોવૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયા છે. પ્રિય વસ્તુનો ત્યાગમાં કોઈ વસ્તુ સ્થાયી નથી, કાયમી નથી. કોઈપણ સ્થાયીરૂપે હોઈ જ ન શકે. નામ છે તેનો નાશ અવશ્ય છે જ. એ તો નિયતિ છે.

જેણે તમને જન્મ આપ્યો, અનેક કષ્ટો વેઠી પાળી પોષી મોટા કર્યા, સંસ્કાર આપ્યા, ભણાવ્યા-ગણાવ્યા, પરણાવ્યા. તમારા સુખે એ સુખી થયાં, તમારા માટે દુઃખો વેઠ્યાં. તમારા દુઃખે દુઃખી થયાં એવાં જન્મદાતા માતા-પિતા, જીવન ઘડનાર જીવનનું સંગોપન કરનાર માતા-પિતાના અનંત ઉપકાર અને ઋણ ચૂકવવાનો હોય છે, તેઓ કોઈ વસુકી ગયેલ ખોડાં ઢોર નથી જ કે જેને પાંજરાપોળમાં મોકલી આપો. તેમની ઈચ્છાઓ પૂર્ણ કરો, તેઓએ તમારી બધી ઈચ્છાઓ પૂરી કરી છે. તેમની તન-મન-ધનથી સેવા કરો. તેમને માટે તમારી ઈચ્છાઓનું બલિદાન આપો. પરંતુ તેમના વૃદ્ધ શરીરનો મોહ ન રાખો. તેમને વળગી ન રહો. માતા-પિતાનું શરીર એક દિવસ છૂટી જશે. તે ગમે તેટલું પ્રિય હશે પરંતુ માતા અને પિતાના શરીરને પુત્રએ પોતાના હાથે સ્મશાનમાં મુખાગ્નિ દેવો પડશે.

તેવું જ જીવનભર પગલામાં પગલું મુકનાર પત્નિ પતિનું છે, પ્રિય પાત્રનું પણ છે. કોઈ કોઈનું પ્રિય નથી. જે પ્રિય છે તે આત્મા જ પ્રિય છે, આત્માને માટે પ્રિય છે. એવું ઉપનિષદ્ કહે છે. પ્રાણાત્મા શરીર છોડી જાય પછી, શરીર મૂર્ત છે, પણ મૃત છે, મૃત શરીરને ક્યાં સુધી વળગીને રડશો ? શરીર મૂર્તિરૂપ હતું એની સાથે સમ સામથિક વ્યવહાર કર્યો એ એક પૂજા વિધાન હતું. જીવન સમાપ્ત થયું પૂજા સમાપ્ત થઈ. પ્રાણાત્માએ વિદાય લીધી. એક જાગ્રત સંવેદનાએ કવિતા રૂપે પ્રગટ થઈ કહ્યું કે :-

વાદળી આકાશમાં આવી, વર્ષાને ચાલી ગઈ,
ન કોઈ વ્હાલો રહ્યો, ન કોઈ વ્હાલી રહી...!
જિંદગી જીવવા મળી ચાર દિન, રમતે મતવાલી મળી,
મદ્દોશ, બંધ આંખો ખુલી, ત્યાં જોયું રમત પૂરી થઈ.

વહાલી તો ગઈ છોડી સાથ, હાથ ખાલી પ્યાલી હતી,
જેનો હતો મદ-શરદ તને, ગઈ પ્યારી, પ્યાલી ખાલી મળી !
ક્યાં સુધી પકડી રહીશ તું, સંબંધો જે છૂટવાના છે ?
અતીત તો ગયો, હાથથી, વર્તમાન વિસર્જનનો છે.
નથી વિદાય વિસર્જન, એમાં ભવિષ્યનું નવસર્જન છે,
કોણ જાણે, ક્યારે ઘેરાશે, ઘનશ્યામ તારાં વાદળ ?
હું છું તવ ચૈતન્ય-ચાતક, તારી સ્વાતિ કૃપાનો તરસ્યો,
જન્માંતરની તરસ 'શરદની' ઈચ્છા થાય તો વરસો, નવરસો !

-શરદચંદ્ર પુરોહિત (શરદવસિષ્ઠ)

સમજણપૂર્વકનું વિસર્જન અને કાળઘર્મ પ્રમાણેનું વિસર્જન એ બેમાં ફેર છે, સમજણ પૂર્વકના વિસર્જનમાં સંતોષની માત્રા સંપૂર્ણ હોય છે. જ્યારે કાળઘર્મ પામનારની કેટલીક ઈચ્છાઓ અપૂર્ણ હોય છે ને કાળે કરીને અનિચ્છાએ શરીર છૂટી જાય છે. ત્યારે જે વિસર્જન થાય છે, તેમાં સંતોષનું પૂર્ણત્વ હોતું નથી. અસંતોષનું આધિક્ય વધુ જોવા મળે છે. એ વિગત સર્જનનો કડા રકાસ છે.

વિસર્જનને જુદી જુદી ભૂમિકામાં વિચારી શકાય. વિસર્જનમાં જે સમાવિષ્ટ સર્જન શબ્દ છે તે અતિ મૂલ્યવાન છે. સર્જનમાં જે વિશેષતા ધરાવે તેવું વિશેષતા પૂર્ણ સર્જન એક અર્થ થયો, બીજો અર્થ છે વિસર્જનનો, એમાં 'વિ' નો અર્થ વિગત ભૂતકાળનો સૂચક છે. જે ભૂતકાળમાં વિશેષતા ધરાવતું હતું. ત્યારે જેની જરૂર હતી, ત્યારે તે મૂલ્યવાન હતું, આજે દેશ-કાળ અને પરિસ્થિતિ બદલાતા તેની કિંમત નથી, તે મૂલ્યવાન રહ્યું નથી. જીવંત નથી, મૃત છે, બિનઉપયોગી છે. ત્યાગ કર્યો જરૂરી છે. નિકાલ જરૂરી છે. એવું અર્થલભ્ય એક વિસર્જન છે, ત્રીજો અર્થ વિસર્જનનો, 'વિ' નો અર્થ વિવિધતા સભર સર્જન છે. જે ઘણાં અર્થોમાં વિવિધતા દર્શાવે છે. જે સર્જન અનેક પ્રકારના કાર્યો કરી શકે છે. એક માત્ર વિદ્યુત શક્તિ એવું સર્જન છે જેનાથી પંખો ચાલે, લાઈટો ચાલે, પ્રકાશ મળે, ગરમી મળે, ઠંડી મળે, બરફ પડા મળે, વાહનો ચાલે, મોટા મોટા કારખાના ચાલે, ચંત્રો ચાલે. આ બધું વિવિધતા પૂર્ણ સર્જન પણ વિસર્જન કહી શકાય છે. જે ઉપયોગ માટે એક વસ્તુનું નિર્માણ કરવામાં આવ્યું તે માટેની તેની કાર્યશક્તિની મર્યાદા હતી. તેની કાર્યશક્તિની સમાપ્તિની હદ આવી ગઈ તે બિન ઉપયોગ ભંગાર અવસ્થામાં આવી ગઈ એટલે તેનો નાશ કર્યો પડે, રસરૂપ બનાવવી પડે પછી તેમાંથી નવો ઘાટ સમર્થ છે. સોના-ચાંદીનો દાગીનો કે તાંબા-પિત્તળ જેવી ધાતુને રસરૂપ કરી ઓગાળી મૂળ ધાતુના રૂપમાં લાવવી પડે પછી તેને નવા રૂપમાં ઢાળી કે બનાવી શકાય. આ એક જુના આકારનો નાશ કરી નવા રૂપમાં આકારમાં સર્જન કરવાની પ્રક્રિયા સાથેની વિદાયમાં રહેલું વિસર્જન એક અર્થમાં નવસર્જનમાં પરિણમે છે. આમ સૂત્રમાં જણાવ્યા અનુસારનું વિસર્જન પૂર્ણ સંતોષ યુક્ત હોવું જોઈએ. સમજણપૂર્વકનું હોવું જોઈએ.

એટલે નક્કી ચહેરો, જૂઠી આકૃતિઓ નહિ બનાવો. એને તો વિસર્જન કહેવાય છે. પ્રથમ આકૃતિનું સર્જન કરો, પછી તેનું વિસર્જન કરો. તે નષ્ટ નથી કરી શક્તી. વિસર્જનનો એક અર્થ છે :- સર્જનને જેમાંથી કાઢી નાંખો. પ્રથમ સર્જન કરો, પછી તેનું

વિસર્જન કરો, ફરીથી સર્જનમાં વપરાયેલ બધાં તત્ત્વોને મૂળ તત્ત્વમાં આલી જવા દો.

હિંદુઓનું ચિંતન છે કે મૃત્યુ વિસર્જન છે તેનું કે જે તમે પોતાના જન્મમાં સર્જિત કર્યું હતું. તમે એક માટીની મૂર્તિ, પૂતળું છો. મૃત્યુ થતાં ફરીથી બધાં તત્ત્વો પોતાના મૂળ સ્તોત્રમાં પહોંચી જાય છે. પૂજા માટે નિર્મિત મૂર્તિમાં પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા કરવામાં આવે છે. ત્યારે તે પૂજા યોગ્ય બને છે. જે દેવી-દેવતાની મૂર્તિમાં તેના પ્રાણની પ્રતિષ્ઠા કરી તે મૂર્તિ જીવંત છે એવી ભાવના સાથે તેનું પૂજન-અનુષ્ઠાન થાય છે. પૂજા અનુષ્ઠાન પૂર્ણ થતાં એક જાતનો જીવનમાં કાર્ય સફળતાનો સંતોષ આવે છે. જે સંતોષ મૂર્તિનું વિસર્જન કરવા તરફ સાધકને દોરી જાય છે. આ ક્ષણ મૂર્તિની વિદાયની છે. મૂર્તિની ચેતનામાંથી તે મૂર્તિ પ્રતિષ્ઠા પામી હતી. તે મૂર્તિની દિવ્ય - દેવતારૂપ ચેતના પૂજારૂપી કાર્ય માટે ક્ષેત્ર સ્વરૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત કરવામાં આવી હતી. એટલે મૂર્તિનું વિસર્જન-વિદાય પહેલાં સાધક પ્રાર્થના કરે છે કે :-

ગच्छ गच्छ सुरश्रेष्ठ, स्वस्थाने परमेश्वरः ।
यान्तु देवगणा सर्वे, पूजा मादाय मामकी ॥
शुभे कार्ये पुनरागमनाय च ॥

હે સુરશ્રેષ્ઠ ! હે પરમેશ્વર, હે દેવતાગણ મારી પૂજાનો સ્વિકાર કરો અને પોત-પોતાના ધામમાં જઈ નિવાસ કરો. ફરીથી જ્યારે આવાં શુભ કાર્યોમાં બોલાવીએ ત્યારે જરૂરથી પધારશો એવી વિનંતી.

પૂજાનું કાર્ય સમાપ્ત થયું. દેવતાઓએ પ્રાર્થના મુજબ સ્વધામમાં જઈ નિવાસ કર્યો એટલે કે દેવી ચેતના જે આત્મારૂપ તમારામાંથી છૂટી પડી હતી તે ફરીથી તમારા મૂળ સ્વરૂપમાં સમાઈ ગઈ. હવે સ્થૂળ મૂળ મૂર્તિનું વિસર્જન કરી પૂર્ણ સંતોષને ઉપલબ્ધ થાવ. અહીં માત્ર મૂર્તિનું વિસર્જન નથી થતું, અહંકારનું પણ વિસર્જન થાય છે, તો વિસર્જન સાચું.

તમે વિસર્જિત થયા અને તે જે તમારા જન્મમાં પેદા થયું ન હતું, કે જે તમારા જન્મના પહેલા પણ હતું, તે તમારા મૃત્યુ પછી પણ બચશે, પરંતુ તમારી આકૃતિ તો વિસર્જિત થશે. માનવે ઈશ્વર સાથે પણ આજ કરવાનું છે. માનવ નિર્મિત ઈશ્વર તમને નિર્મિત કરો અને ફરી વિસર્જન કરો.

સૂત્ર કહે છે :- વિસર્જન જ સંતોષ છે. તમારી પૂજાનું વિસર્જન શા માટે ? કેવી રીતે કહેવાય વિસર્જનને સંતોષ ? આ ખૂબ ઊંડાણમાં સંબંધ છે. સૃજન (સર્જન) નો અર્થ થાય છે ઇચ્છા, કામના તમે સર્જન નથી કરી શકતા. જો તમે ઇચ્છાથી ભરેલા નથી. હિંદુ ઘણાં તર્કપૂર્ણ છે. એક પ્રકારથી તેઓ કહે છે કે પરમાત્મા એ આ જગતનું સર્જન કર્યું કારણ કે તેને સૃજન કરવાની ઇચ્છા થઈ. પરમાત્મા પણ વિના ઇચ્છાથી આ જગત નથી બનાવી શકતા. તે કામનાથી પૂર્ણ થયા. સૃજનનો અર્થ છે ઇચ્છા. તમે ઇચ્છા વગર સર્જન નહિ કરી શકો. ઇચ્છાથી તમારામાં ગંતિ (ક્રિયા) પેદા થાય છે. તમે પ્રયત્ન કરો છો અને સર્જન થાય છે. ત્યારે એનું વિસર્જન કેવી રીતે થાય ? જો ઇચ્છા હોય તો વિસર્જન નથી કરી શકતા. કોઈ કામ નહિ હોય, ઇચ્છા શૂન્યતા, સંતોષ હોય તો, તૃપ્તિ હોય તો વિસર્જન થશે. સૂત્ર મુજબ જો મનુષ્ય સંપૂર્ણ તૃપ્ત છે, ત્યારે કંઈ વિસર્જન થશે.

સત્તત્ત્વં ચૂત્ર

सर्व निरामय परिपूर्णोऽहमस्मीति मुमुक्षुणां मोक्षैक सिद्ध्यिर्भवति ।

॥ इति उपनिषद् ॥

‘હું’ જ તે નિરામય પરિપૂર્ણ શુદ્ધ બ્રહ્મ છું - એવું જ્ઞાન જ મોક્ષની ઉપલબ્ધિ છે.

આદિકાળથી જ મનુષ્યના મનમાં એવા વિચાર ઉઠતા રહે છે કે હું કોણ છું, આ જન્મના પૂર્વે મારું શું અસ્તિત્વ હતું, આ જન્મમાં મારું કર્તવ્ય શું છે તથા આ જન્મના કર્તવ્ય-કૃત્ય મૃત્યુ પછીના સમયને શું પ્રભાવિત કરે છે, આ સંસાર સ્વતઃ (આપમેળે) સંચાલિત છે યા એને ચલાવનારા કોઈ જગત નિયંત્રક ઈશ્વર અર્થાત્ ઈશ્વર પણ છે.

પ્રાચીન કાળમાં કોઈ સમયે પૃથ્વી ઉપર વિકસીત ઉચ્ચ કોટિની માનવ સભ્યતાએ આ જાણી લેવામાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી લીધી હતી કે વિશ્વ બ્રહ્માંડ સ્વંતઃ યા અનાયાસ ચલાયમાન નથી. એ બધાની પાછળ એક જ્ઞાનવાન ચેતનસત્તા કાર્ય કરી રહી છે, જે વિશ્વ બ્રહ્માંડ તથા તેના પ્રત્યેક અણુ-પરમાણુને નિયમિત-નિયંત્રિત અને સંચાલિત કરી રહેલ છે. આ ચેતન સત્તાને જ ભારતીય ઋષિ ઈશ્વર અથવા બ્રહ્મ યા પ્રત્યક્ષ રૂપથી જાણી લેવાને જ ધર્મશાસ્ત્રોમાં ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર, બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર અથવા આત્મ સાક્ષાત્કાર કહેવામાં આવેલ છે. આ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરી લેવું જ મનુષ્ય જન્મનું ચરમ લક્ષ્ય છે. અર્થાત્ બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર કરી લેવું જ મનુષ્યનો ધર્મ છે. પ્રાચીન કાળના ઋષિઓને ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર યા બ્રહ્મ સાક્ષાત્કારને માટે જે વિજ્ઞાન સંમત વિધિની જાણકારી યા બ્રહ્મ સાક્ષાત્કારને માટે જે વિજ્ઞાન સંમત વિધિની જાણકારી થઈ તેને બ્રહ્મવિદ્યા યા યોગવિદ્યા કહે છે. આ વિદ્યાથી ભારતીય ધર્મશાસ્ત્ર ભર્યા પડેલ છે. તે પૈકી કંઈક મુખ્ય આ પ્રકાર આ પ્રકારે છે :- ગીતા, ઉપનિષદ્, યોગશાસ્ત્ર, પતંજલિ, યોગવાસિષ્ઠ, શિવસંહિતા, જ્ઞાનસંકલિની તથા હૃદયોગ-પ્રદીપિકા આદિ. ગીતાના પ્રત્યેક અધ્યાયના અંતમાં લખેલી પંક્તિ “ૐ તત્સદિતિ શ્રીમદ્ મગવદ્ ગીતા સૂપનિષવત્સુ બ્રહ્મવિદ્યાયાં યોગશાસ્ત્રે શ્રીકૃષ્ણ-અર્જુન સંવાદે ... અધ્યાયઃ ૧” આને પ્રમાણિત કરે છે.

આ બ્રહ્મ વિદ્યા યા યોગવિદ્યા વિજ્ઞાન સંમત છે, ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનું સ્વયં કથન છે :-

ज्ञानं तेहं सविज्ञानमिदं वक्ष्याम्यशेषतः ।

य ज्ञात्वा नेह भूयोऽन्यज्ञातव्यमवशिष्यते ॥ ગીતા ૭/૨

હું તમારે માટે આ જ્ઞાનને જે વિજ્ઞાન સહિત છે, પૂર્ણરૂપથી કહીશ. જેને જાણીને સંસારમાં કંઈપણ જાણવા યોગ્ય શેષ રહી જતું નથી.

આ વિજ્ઞાન સમ્મત યોગવિદ્યાની સાધના કરીને ઘરતી પર જન્મેલા કોઈ મનુષ્ય (સ્ત્રી-પુરુષ) દ્વારા બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર કરી લેવા સંભવ છે. અને આવશ્યકતા હોય છે મનુષ્યનું પોતાનું સ્વસ્થ શરીર અને તેનું પ્રબળ જિજ્ઞાસુ હોવું. આ વિજ્ઞાન સમ્મત બ્રહ્મવિદ્યાને સમજવા માટે નીચે જણાવેલ બે તથ્યોને સમજવાની આવશ્યકતા છે. (૧) ઈશ્વર બ્રહ્મ તથા આત્મા એક જ છે. (૨) મનુષ્ય મનની પાંચ અવસ્થા શું છે તથા નિરોધ અવસ્થાનું તાત્પર્ય શું છે ?

(૧) ઇશ્વર, બ્રહ્મ તથા આત્મા એક જ છે :-

મનુષ્ય શરીર જે અભૌતિક સત્તા યા ચેતન શક્તિથી ચલાયમાન રહે છે, તેને કેટલાક નામોથી ભારતીય આધ્યાત્મમાં સંબોધિત કરવામાં આવેલ છે, તેના માટે ત્રણ નામ વિશેષ રૂપથી લેવામાં આવ્યાં છે. તે અભૌતિક સત્તા યા ચેતન શક્તિને જ ઇશ્વર, બ્રહ્મ યા આત્મા કહેવામાં આવેલ છે.

ઇશ્વર :- ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति ।

प्रामयन्सर्वं भूतानि यंत्रारूढानि मायया ॥ (ગીતા-૧૮/૬૧)

હે અર્જુન, ઇશ્વર (પરમાત્મા) બધા પ્રાણીઓના હૃદયમાં સ્થિત છે, આ શરીરરૂપી યંત્ર પર આરૂઢ થઈ બધા જીવોને પોતાની માયામાં ઘુમાવી રહ્યો છે.

તાત્પર્ય એ છે કે જે ચેતન શક્તિથી અર્થાત્ જીવાત્માથી શરીર ચલાયમાન છે તેને ઇશ્વર યા પરમાત્મા કહેવામાં આવેલ છે.

આને એક જગ્યાએ સ્પષ્ટ કરતાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ કહ્યું છે કે :-

ममैवांशो जीवालोके जीवभूतः सनातनः ।

मनः षष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृति स्थानि कर्षति ॥ (ગીતા ૧૫/૭)

આ જગતના બધા ચલાયમાન જીવોમાં મારો જ અંશ વિદ્યમાન છે. તે આ પ્રકૃતિમાં સ્થિત છે ને મન તથા પાંચ ઇન્દ્રિયોને ચલાયમાન કરે છે. તાત્પર્ય એ છે કે જે ચેતનશાલીથી અર્થાત્ જીવાત્માથી આ શરીર ચલાયમાન છે તે ઇશ્વર યા ભગવાનનો અંશ છે.

ઇશ્વર દ્વારા મનુષ્ય શરીરની રચના એવા પ્રકારે કરવામાં આવી છે કે ઇશ્વર સાક્ષાત્કાર માટે તેને કોઈ બહારની વસ્તુની સહાયતાની આવશ્યકતા નથી પડતી. મનુષ્ય શરીરમાં તેઓ બધી આવશ્યક સામગ્રી તથ્ય અને પરિસ્થિતિઓ ઉપલબ્ધ છે. જેનાથી ઇશ્વર સાક્ષાત્કાર કરી શકાય. એટલા માટે ભારતીય ઋષિઓએ વિશ્વ બ્રહ્માંડના સમસ્ત જીવધારીઓમાં મનુષ્ય યોગિને સર્વશ્રેષ્ઠ જન્મ તથા અમૃતપુત્ર કહેલ છે, જેમ કે “શૃણ્વન્તુ કિંચે અમૃતસ્ય પુત્રઃ” “તમે બધા અમૃત પુત્ર છો, મારી વાત સાંભળો”. મનુષ્ય શરીરથી જ બ્રહ્મજ્ઞાન સંભવ છે. ભારતીય ધર્મશાસ્ત્રોમાં એને સ્પષ્ટ રૂપથી કહેવામાં આવ્યું છે. એના ઉદાહરણ નીચે મુજબ છે.

इहैव सन्तोय विदमस्तद्वयं न चेदवेदिर्महती विनष्ट ।

ये तद्धिदुर मृदांस्ते भवन्त्यथेत्ते दुःखमेवा पियन्ति ॥

(ચૃહદોરપયકોપનિષદ-૪/૧૪)

આ દેહમાં સ્થિત રહીને આપણે તે બ્રહ્મને જાણી શકીએ છીએ, જો બ્રહ્મ નથી જાણી શક્તા, મહાન વિનાશને પ્રાપ્ત થાય છે અને જો જાણી લીધું હોય તો અમરત્વને પ્રાપ્ત કરે છે. આથી ભિન્ન વ્યક્તિઓને દુઃખ ઉઠાવવા પડે છે.

अथ यदिदस्मिन् ब्रह्मपुरे पुंडरीकवक्षस्य दहरोडास्मि नन्तराकाशस्तस्मि

न यदन्तस्तदन्वेष्टव्यं तद्दाव विविज्ञासितव्यमिति ।

આ માનવ શરીર બ્રહ્મપુર છે. એની અંદર એક ક્ષુદ્ર કમળ કુસુમાકર ગૃહ છે. તેની અંદર એક નાનું એવું આકાશ છે, તેની અંદર નિગૂઢ રહસ્ય છે. તેને જાણવું જોઈશે. તેનું અન્વેષણ કરવું પડશે. આ અનુસંધાન ઉપનિષદ્માં સર્વત્ર પ્રાપ્ત થાય છે. એને સત્યાનુસંધાન, તત્વાનુસંધાન, બ્રહ્માનુસંધાન યા આત્માનુસંધાન કહે છે.

બ્રહ્મ :- અર્જુનના આ પ્રશ્ન કરવાથી આ શરીરની અંદર બ્રહ્મ કયું છે તે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ બતાવે છે :-

અક્ષરં બ્રહ્મ પરં સ્વમાવો ધ્યાત્મમુચ્યતે ।

મૃતમાવોમ્દવકરો વિસર્ગઃ કર્મસંશિતઃ ॥ (ગીતા - ૮/૩)

આ શરીરની અંદર જે અક્ષર છે અર્થાત્ જેનો નાશ નથી થતો (ક્ષરનો અર્થ છે નાશવાન તથા અક્ષરનો અર્થ છે જેનો નાશ નથી હોતો અર્થાત્ જીવાત્મા) તે પરમ બ્રહ્મ જ છે. તેના પ્રતિ પોતાનો સ્વભાવ જ અધ્યાત્મ છે. ભૂતોના ભાવને ઉત્પન્ન કરનાર સ્વભાવના સંસ્કારને બનાવનાર પ્રેરક બળ (યજ્ઞ) ધાર્મિક કૃત્ય યોગ ક્રિયા જ કર્મ કહેવાય છે.

તાત્પર્ય એ છે કે જે ચેતન શક્તિથી અર્થાત્ જીવાત્માથી આ શરીર ચલાયમાન છે, તે ઈશ્વર (પર બ્રહ્મ) નો જ અંશ છે તેને બ્રહ્મ કહેવાય છે. કેનોપનિષદ્માં જણાવ્યું છે કે :-

શ્રોત્રસ્ય શ્રોત્રં મનસો મનોમદ્વાચો હ વાચ સ ઓ પ્રાણસ્ય પ્રાણઃ ।

ચક્ષુષ્સ્વક્ષુરતિમુચ્ય ધીરાઃ પ્રેત્યાસ્યાલ્લોકાદમૃતા ભવન્તિ ॥ (૧-૨)

મન, પ્રાણ, વાણી, ક્ષોત્રેન્દ્રિય તથા ચક્ષુ જેના કારણે કાર્યરત છે, તેઓ પરમાત્મા છે, જેને જાણીને જ્ઞાની અમર થઈ જાય છે, મૃત્યુ પછી તેઓને ફરીથી આવવું નથી પડતું. મુંડકોપનિષદ (તૃતીય) ના કથન અનુસાર :-

ન ચક્ષુષા ગૃહાતે નાપિ વાચા, નાત્યૈર્દૈવૈસ્તપસા કર્મણા વા ।

જ્ઞાન પ્રસાદેન વિશુષ્ણ સત્ત્વ, સ્તતસ્તુ તં પશ્યતે નિષ્કલં ધ્યાનમાનઃ ॥ (૧૮)

ન તો નેત્રોથી ન વાણીથી ન બીજી ઇન્દ્રિયોથી જ જાણી શકાય છે, તથા નાના પ્રકારની તપશ્ચર્યા અને કર્મો દ્વારા પણ તેને જાણી શકાતા નથી. તે અનુભવ રહિત પરમાત્માને તો શુદ્ધ હૃદયથી ધ્યાન કરતા રહેવાથી સાધક જ્ઞાનરૂપી નેત્રથી જ જોઈ શકે છે. કઠોપનિષદ્માં ઋષિ જણાવે છે કે :-

ન સંદૃશે તિષ્ઠતિ રૂપસ્ય ન ચક્ષુષા પશ્યતિ કન્ધ્વૈનમ્ ।

હૃદા મનીષા મનસામ્બિકલુપ્તો, ય ઇતદ્ વિદુર મૃતાસ્તે ભવન્તિ ॥

(અ.૨, વલ્લી-૩)

આ પરમેશ્વરનું સ્વરૂપ ભૌતિક રૂપમાં ચર્મ ચક્ષુઓ દ્વારા કોઈપણ નથી જોઈ શકતો. નિર્ભળ હૃદય શુદ્ધ મનથી ધ્યાન કરવા થકી સાધક જ્ઞાન નેત્રથી સાક્ષાત્કાર કરે છે. આ રીતે જે એને જાણી લે છે તેઓ અમર થઈ જાય છે. આ જ કઠોપનિષદ્ આગળ જણાવે છે કે :-

અશબ્દમસ્યર્શમ રૂપમવ્યયં તથા રસં નિત્યમગન્ધ તત્ત્વયત્ ।

અનાદ્યનન્તં મહતઃ પરં ધ્રુવં નિષાપ્ય તન્મૃત્યુમુખાત્ પ્રમુચ્યતે ॥ (૧-૩૨૫)

જે શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધથી રહિત છે, તથા નિત્ય અનાદિ તથા અનંત છે. મહાન શ્રેષ્ઠ સત્ય છે, એવા પરમેશ્વરને જાણીને મનુષ્ય સદાને માટે જન્મ મરણથી મુક્ત થઈ જાય છે.

ઓમિત્યેકાક્ષરં બ્રહ્મ વ્યાહરન્મામનુસ્મરન્ ।

યઃ પ્રયાતિ ત્યજન્દેહં સ યાતિ પરમાં ગતિમ્ ॥ (ગીતા ૮-૧૩)

અવિનાશી ઝૂંકાર બ્રહ્મનું ધ્યાન કરતા રહી જે આ શરીરનો ત્યાગ કરે છે. તે પરમ ગતિને પ્રાપ્ત કરે છે. અર્થાત્ મોક્ષને પ્રાપ્ત થાય છે, શ્વેતાશ્વતરોપનિષદ્માં ઋષિનું મંતવ્ય છે કે :-

યદા ચર્મવદાકાશં વૈષ્ટાયિષ્યન્તિ માનવાઃ ।

તથા દેવમવિજ્ઞાય દુઃસ્વસ્યાન્તો ખવિષ્યન્તિ ॥ (૬-૨૦)

જે રીતે આકાશને ચામડાની માફક લપેટવાનું મનુષ્યને માટે અસંભવ છે, તમામ મનુષ્યો મળીને પણ આ કાર્યને નથી કરી શકતા તેવી રીતે પરમાત્માને જાણ્યા વિના કોઈપણ જીવ આ દુઃખરૂપી સમુદ્રથી મુક્ત (મોક્ષને પ્રાપ્ત) થઈ શકતો નથી.

આત્મા-આત્મા ઈશ્વરનું સ્વરૂપ છે. આ તથ્યને સ્પષ્ટ રૂપથી ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ આ પ્રકારે કહ્યું છે કે :-

અહમાત્મા ગુડાકેશ સર્વભૂતાશય સ્થિતઃ ।

અહમાદિષ્વ મધ્યં ચ ભૂતાનામન્ત એવં ચ ॥ (ગીતા ૨૦/૨૦)

હે અર્જુન ! તમામ જીવોની અંદર સ્થિત આ આત્મા જ હું છું. તમામ જીવોના આદિ, મધ્ય તથા અંતમાં પણ હું જ રહું છું.

તાત્પર્ય એ છે કે જે ચૈતન્ય શક્તિથી અર્થાત્ જીવાત્માથી આ શરીર ચલયામાન છે, તે ભગવાનનું જ સ્વરૂપ છે.

શ્વેતાશ્વતરોપનિષદ્ વર્ણવે છે કે :-

અઙ્ગુષ્ઠમાત્રઃ પુરૂષોઽન્તરાત્મા, સદા જનાનાં હૃદયે સંનિવિષ્ટઃ ।

હૃદા મન્વીષો મનસામિકલૃપ્તો, ય એતદ્ મૃતાસ્તે ભવન્તિ ॥ (૩/૧૩)

અંગુષ્ઠ માત્ર અંતર્યામી પરમ પુરુષ પરમેશ્વર સોદેવ મનુષ્યોના હૃદયમાં સમ્યક્ પ્રકારથી સ્થિત છે. મનને વશ કરીને નિર્મળ હૃદય અને શુદ્ધ મનથી ધ્યાન કરવાથી પ્રત્યક્ષ થાય છે. જે આ પર-બ્રહ્મ પરમેશ્વરને જાણી લે છે, તેઓ અમર થઈ જાય છે. ધ્યાનથી જ બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર, બ્રહ્મજ્ઞાન અને મોક્ષ થાય છે. આ જ ઉપનિષદ્માં જણાવ્યું છે કે :-

તિલેષુ તૈલં દધનીવ સર્પિ, રાપ સ્ત્રોતઃ સ્વરણીષુ ચાગ્નિઃ ।

એવં માત્માહૃત્માનિ ગૃહ્ણતે અસૌ સત્યેનૈનં તપસા યોઽનુપશ્યતિ ॥ (૧/૧૫)

જે રીતે તલમાં તેલ, દહીંમાં ઘી, ઉપરથી સુકી જણાતી નદીના ભીતરી ઓતો જળ તથા અરણીઓમાં અગ્નિ છૂપાયેલ રહે છે તેવી રીતે આત્મા (પરમાત્મા) પોતાના હૃદયમાં છૂપાયેલ છે. સત્ય (માનવતા તથા નૈતિકતા) તથા સંયમ રૂપ તપસ્યાનું સાધન કરતો રહી સાધક તેમનું નિરંતર ધ્યાન કરે છે, તે બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરે છે.
પ્રશ્નોપનિષદનું કથન છે કે :-

વિજ્ઞાનાત્મા સહદેવૈશ્વ સર્વૈઃ પ્રાણ મૂતાનિ સમ્પ્રતિષ્ઠન્તિ યત્ર ।
તદક્ષરં વેદયતે યસ્તુ સોમ્ય સ સર્વજ્ઞઃ સર્વમેવા વિવેશિત ॥ (૪/૩૦)

જે પરમેશ્વરમાં સમસ્ત પ્રાણ, પાંચભૂત, સર્વ ઇન્દ્રિયો તથા વિજ્ઞાન સ્વરૂપ આત્મા આશ્રય લે છે. તેવા અવિનાશી પરમાત્માને જાણી લે છે તે સર્વજ્ઞ થઈ જાય છે. તથા પૂર્ણ રૂપથી પરમાત્મામાં પ્રવિષ્ટ થઈ જાય છે, અર્થાત્ આત્માનો પરમાત્મામાં લય થઈ જાય છે.

હઠયોગપ્રદીપિકાનો મત છે કે :-

સોડમેવાસ્તુ મોક્ષાશ્રયો માસ્તુ વાપિ મતાન્તરે ।
મનઃ પ્રાણાલયે કશ્ચિદાનન્દઃ સમ્પ્રવર્તતે ॥ (૪/૩૦)

તે (પ્રાણ અને મનનો લય) મત-મતાન્તરમાં મોક્ષનામ જ કહેવાતી વસ્તુ હોય ચા ન હોય, પરંતુ સત્ય છે કે મન અને પ્રાણનો લય થવાથી કોઈ અનિર્વચનીય અનંદની અનુભૂતિ થાય છે.

શ્વેતાશ્વતરોપનિષદ જણાવે છે કે :-

एतच्च ज्ञेयं नित्यमेवात्म संस्थं नातः परं वेदितव्यं हि किञ्चित् ।
भोक्ता भोग्यं प्रेरितारं च मत्वा सर्वं पोक्तं त्रिविधं ब्रह्ममेतत् ॥ (૧/૧૨)

મનુષ્ય એ પોતાની જ અંદર સ્થિત બ્રહ્મને જાણવું જોઈએ એનાથી વધીને કોઈ જાણવા યોગ્ય તત્ત્વ બીજું નથી. ભોક્તા (જીવાત્મા) ભોગ્ય જડ તત્ત્વ તથા એના પ્રેરક પરમાત્મા આ ત્રણેય બ્રહ્મ જ છે. એવું જાણી લેવાથી મનુષ્ય સર્વ કંઈ જાણી લે છે. અર્થાત્ તે સર્વજ્ઞ થઈ જાય છે.

કઠોપનિષદનું કહેવું છે કે :-

एतच्छ्रयेवाक्षरं ब्रह्म एतच्छ्रयेवाक्षरं परम ।
एतच्छ्रयेवाक्षरं ज्ञात्वा यो यदि इच्छति तस्य तत् ॥ (૧/૨/૧૬)

આ અક્ષર અર્થાત્ અવિનાશી આત્મા જ બ્રહ્મ છે તથા એ જ પરમ બ્રહ્મ છે, એને જાણીને સાધક જે ઇચ્છા કરે છે તે થઈ જાય છે, અર્થાત્ સાધક સર્વજ્ઞ થઈ જાય છે.

बाह्य स्पर्शेष्व-सक्तात्मा विन्दत्यात्मनि यत्सुखम् ।
स ब्रह्मयोग युक्तात्मा सुखमक्षय मश्नुते ॥ (गीता-૫-૨૧)

બાહ્ય વિષયો અર્થાત્ સાંસારિક ભોગોમાં અનાસક્ત, પોતાના આત્મામાં જ સુખી રહેવાવાળો પુરુષ બ્રહ્મની સાથે મનને જોડીને અક્ષય આનંદ (અનંત આનંદ) નો અનુભવ કરે છે, અર્થાત્ બ્રહ્માનંદનો અનુભવ કરે છે. બ્રહ્મની સાથે મનને યુક્ત કરવાથી

પરમાનંદની અનુભૂતિ થાય છે. જેને બ્રહ્માનંદ કહેવામાં આવ્યો છે. - બ્રહ્માનંદ પરમ સુખદં - આ છે ક્ષણશ્રુતિ.

ઉપર્યુક્ત બધા શ્લોકોના અવલોકનથી એ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે મનને બ્રહ્મમાં લગાવવાથી યા જોડવાથી જ બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર થાય છે. એને બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર યા ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર યા આત્મ સાક્ષાત્કાર કહેવામાં આવેલ છે. બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરી બ્રહ્મને જાણી લેવું જ્ઞાન કહેવાય છે. એને આત્મ જ્ઞાન યા બ્રહ્મ જ્ઞાન કહેવામાં આવ્યું છે.

સંત કબીરજી કહે છે કે :-

यह लिखा लिखी की बात नहीं, देखा देखी की बात ।
दुल्हा दुलहिन मिल गये, फीकी पड़ी बारात ॥

આ લખી-વાંચીને અર્થાત્ અધ્યયન-અધ્યાપનની વિદ્યા નથી. મનને સ્થિર કરવાની સાધના છે. જે પ્રત્યક્ષ જોઈને, સાંભળીને અનુભવથી પ્રાપ્ત થાય છે. ‘દુલ્હા-દુલહિન મિલ ગયે’ અર્થાત્ આત્માનું પરમાત્મા સાથે મિલન થઈ જવાથી એવા યોગીને માટે અન્ય ધાર્મિક કૃત્યોને કરવાની આવશ્યકતા સમાપ્ત થાય છે. આગળ કહે છે કે :-

एकै साधे सब सबै, सब साधे सब जाय ।
जो तू सींचो मूलको, फूले फले अघाय ॥

સત્ય, અહિંસા, દયા, ઉપકાર, દાન તથા ચમ-નિચમ આદિ એ બધાને જો સાધવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે તો ચે સાધી શકવાના નથી. પરંતુ કેવળ આ મનને સાધી લીધું હોય અર્થાત્ બ્રહ્મની સાથે સ્થિર કરી દેવામાં આવે તો બધું જ સધાઈ જશે. મૂળને સીંચો અર્થાત્ આ મનને મૂળ (બ્રહ્મ) માં જોડી રાખો. તાત્પર્ય છે બ્રહ્મની સાથે મનને સ્થિર કરી દો તો જે પણ ઈચ્છા કરો સર્વ પ્રાપ્ત થશે અર્થાત્ વ્યક્તિ સર્વજ્ઞ બની જશે.

હઠયોગ-પ્રદીપિકામાં આ તથ્યને નીચે મુજબ કહેવામાં આવેલ છે :-

यावनैव प्रविशति चरन् मारुतो मध्यमार्गे
यावद्विन्दुर्न भवति दृढः प्राणवात प्रवन्धात् ।
यावदध्याने सहज सदृशं जायते नैव तत्त्वम्
तावज्ज्ञानं वदति तदिदं दम्भ मिथ्या प्रलापः ॥

(ચતુર્થ ઉપદેશ - ૧૧૪)

જ્યાં સુધી મધ્ય માર્ગ અર્થાત્ સુષુમ્ણામાં (ઇન્ડ્ર-પિંગલા નાડીની મધ્ય સુષુમ્ણા નાડી હોય છે) પ્રાણ વાયુ પ્રવિષ્ટ નથી થતો તથા પ્રાણવાયુના નિયંત્રણથી મન બિંદુ (બ્રહ્મનો એક અણુ) ની સાથે સ્થિર નથી થતો અને પરમ તત્ત્વ અર્થાત્ બ્રહ્મનું ધ્યાન કરવાથી સાક્ષાત્કાર નથી થઈ જતો ત્યાં સુધી જ્ઞાનની વાત કરવી દંભ અને મિથ્યા પ્રલાપ છે.

તાત્પર્ય એ છે કે બ્રહ્મના એક એક અણુઓ (બ્રહ્માણુ) થી વિશ્વ બ્રહ્માંડની રચના છે પરંતુ આ એક બ્રહ્માણુમાં પૂરા વિશ્વ બ્રહ્માંડનું રહસ્ય છૂપાયેલ છે. એ કોઈ વિરલા જ

જાણી શકે છે. આ બ્રહ્મના એક અણુની સાથે જેનું મન યુક્ત થઈ જાય છે ત્યાં મનથી બ્રહ્માણને ધારણ કરી લે છે તે જ આ રહસ્યને જાણી શકે છે, કબીરજીના શબ્દોમાં :-

सिन्धु में बिन्दु समाया यह सब जग जानत होय ।

बिन्दुमें सिन्धु समाया यह रहस्य विरला जाने कोय ॥

એક બુંદ પાણીથી સમુદ્ર બન્યો છે. એ સંસારના બધા લોકો જાણે છે. પરંતુ એક બુંદમાં સંપૂર્ણ સમુદ્ર છૂપાયેલો છે આ રહસ્યને વિરલા (પૂરા માનવ સમુદાયમાંથી કોઈ એક) કોઈ જાણી શકે છે.

આ અવસ્થા સૂત્ર અનુસાર ‘હું તે નિરામય પરિપૂર્ણ શુદ્ધ બ્રહ્મ છું.’ એવા જ્ઞાનથી મોક્ષ અનુભૂતિ કરાવનારી છે. આ અવસ્થાને જે શબ્દોથી સંબોધિત કરવામાં આવી છે તે આ પ્રકારે છે :- રાજયોગ, સમાધિ, બ્રહ્મ સાક્ષાત્કાર, બ્રહ્માનુભૂતિ, બ્રહ્મજ્ઞાન, બ્રહ્મમાં લય, મનોન્મની, પરમ શાંતિ, પરમ ગતિ, શાશ્વત પદ, અમરત્વ, બ્રહ્માનંદ તથા દિવ્ય દષ્ટિ પ્રાપ્ત, અંતર્યામી, સર્વજ્ઞ વગેરે. સર્વ એક જ પૂર્ણ અવસ્થાના સૂચક છે.

કરી તો લીધું બધું, હવે કરવાનું શું બાકી છે ?
જાણી તો લીધું બધું, હવે જાણવાનું શું બાકી છે ?
પ્રાપ્ત થયું છે બધું, હવે પ્રાપ્તિ શું બાકી છે ?
લાવ્યો હતો તું શું ? જે લઈ જવાનું બાકી છે ?
જરૂરત અહીંની છે બધી, બધું અહીં જ રહેવાનું,
શબ્દોને વિચારી અહીંના મારે શું કહેવાનું ?
મારે કહેવું નથી ‘શરદ’ તું શું લૂંટાઈ ગયો ?
આજે તો છું કાલે, હું હતો તે નહતો થયો !

-શરદચંદ્ર પુરોહિત (શરદ વસિષ્ઠ)

શાબ્દિક જ્ઞાન વાસ્તવમાં જ્ઞાનોપદેશ નથી. આત્મ શક્તિ દ્વારા જે જ્ઞાનનો પ્રકાશ શિષ્યમાં સ્વયં ઉદિત થાય છે તે જ સ્વયં જ્ઞાનોપદેશ છે.

॥ ઇતિ ઉપનિષદ્ ॥

॥ ૐ શાન્તિઃ શાન્તિઃ શાન્તિઃ ॥

આત્મમંત્ર (અજપાજપ સાધન)

શિશુ જ્યારે માતાના ગર્ભથી બહાર આવે છે અને જ્યારે તેનો નાડીચ્છેદ થાય છે, તે સમયથી તેના શરીરમાં શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા જોવામાં આવે છે. માતાના ગર્ભમાં રહેતી વખતે ગર્ભધારિણી જનનીથી અલગ શિશુનો શ્વાસ-પ્રશ્વાસ નથી રહેતો. ગર્ભસ્થ શિશુ માના શ્વાસ પ્રશ્વાસથી જ તેના દેહનો વિકાસ કરે છે અને માતા દ્વારા લેવામાં આવેલ ખોરાકથી જ પુષ્ટિ લાભ કરે છે. પરંતુ પ્રસવની સાથોસાથ વેષ્ણવી માયા તેને આક્રાન્ત કરે છે તથા વાસ્તવમાં તે સમયથી તે કાળરાજ્યમાં વાસ કરવાનું શરૂ કરે છે. શિશુનો જે પ્રથમ શ્વાસ લેવો તેનું નામ જન્મ છે, અને તે શ્વાસનો અંતિમ ત્યાગ જ મરણના નામથી પ્રસિદ્ધ છે. જન્મથી મૃત્યુની વચ્ચેની અવસ્થા તેનું જીવન છે. એટલા માટે મનુષ્યનું સમગ્ર જીવન જ શ્વાસ-પ્રશ્વાસને આધીન રહે છે. અને કાળની પ્રેરણાથી નિરંતર ઇંડા અને પિંગળા નામક ડાબા અને જમણા (નાસિકા) માર્ગથી સંચરણ કરતો રહે છે. મૂળમાં અવિધાના આવરણરૂપ પરદો નહિ રહેવાથી વિક્ષેપરૂપ શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા નથી રહેતી. વાસ્તવમાં તો શ્વાસ-પ્રશ્વાસ કાળનો જ ખેલ છે. આપણે જેને જીવન કહીએ છીએ, તે કાળ યા મૃત્યુના જ પોતાના પ્રકાશની એક મહિમા છે.

યોગીઓ કહે છે :- યોગના પથમાં નવ મુખ્ય અંતરાય છે, એ બધા ચિત્તના વિક્ષેપની સાથો સાથ એ વિદ્યમાન રહે છે. આ મુખ્ય નવ અંતરાયોના નામ છે :- વ્યાધિ, સ્થાન યા ચિત્તની અકર્મણ્યતા, સંશય, પ્રમાદ યા સમાધિ સાધનનો અનુષ્ઠાનનો અભાવ, ભ્રાન્તિ જ્ઞાન યા મિથ્યાભિમાન, સમાધિની ભૂમિકા પ્રાપ્ત ન થવી, અને ભૂમિ પ્રાપ્ત કરીને પણ તેમાં પ્રતિષ્ઠિત થવું શક્ય ન બનવું, દુઃખ, ઈચ્છાની અપૂર્ણતાને લીધે ચિત્તનો કોભ, દેહના કંપન અને શ્વાસ પ્રવાસ એ બધા પૂર્વ વર્ણિત મુખ્ય અંતરાયના આનુસંગિક સહાયકો છે.

આ વિવરણથી સમજમાં આવશે કે શ્વાસ-પ્રશ્વાસ મૂળ રોગ નથી, રોગના ઉપસર્ગ માત્ર છે. મૂળ રોગના જપની સાથે-સાથે શ્વાસ-પ્રશ્વાસ પણ આવત થાય છે, શ્વાસ-પ્રશ્વાસનું મૂળ ચિત્તનો વિક્ષેપ છે અને વિક્ષેપનું મૂળ પ્રત્યક્ષ ચૈતન્યની અનુપલબ્ધિ યાને સાક્ષાત્કાર કરાવનાર જ્ઞાનનો અભાવ છે. જે ઉપાયથી પ્રત્યગાત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે, તેના પ્રભાવથી શ્વાસ-પ્રશ્વાસ રૂપ કાળનો ખેલ પણ શાંત થઈ જાય છે. પ્રણવ જપ અને પ્રણવ વાચ્ય ઈશ્વરની ભાવનાને યોગીઓએ આત્મ જ્ઞાન લાભનો મુખ્ય હેતુ માનીને સ્વીકાર કર્યો છે. પ્રણવ જપના રહસ્યને જાણવાથી સમજમાં આવે છે કે અજપા-જપ જ શ્રેષ્ઠ જપ છે તથા બીજા તમામ જપ ચરમ સ્થિતિમાં અજપા-જપમાં જ પર્યવસિત થાય છે. આ મનુષ્યના સ્વાભાવિક જપ છે.

એક અહોરાત્રમાં મનુષ્યના શ્વાસ-પ્રશ્વાસની સંખ્યા ૨૧,૬૦૦ માનવામાં આવી છે. આ અવસ્થામાં કંઈ ફેરફાર થાય પરંતુ આ જ સાધારણ નિયમ છે. શ્વાસ ‘હં’ ધ્વનિ કરતો કરતો બહાર નિકળે છે એનું નામ પ્રશ્વાસ છે, અને આ પાછો અંદર પ્રવેશે છે ‘સ’ ધ્વનિ એનું નામ નિઃશ્વાસ છે.

યોગીજનો કહે છે, જીવ શ્વાસ - પ્રશ્વાસને બહાને નિરંતર આ હંસમંત્રનો અથવા આ અજપા ગાયત્રીમંત્રનો જપ કરે છે. એ કહેવું ખોટું છે પરંતુ ઈતર જીવ અને મનુષ્યમાં અંતર એ છે કે મનુષ્ય પોતાના પુરુષાકાર દ્વારા એવું સામર્થ્ય અર્જિત કરી શકે છે, જેના કારણે શ્વાસ-પ્રશ્વાસની આ સ્વાભિવ્યક્તિમાં વિપર્યય સંભવ બને છે. અર્થાત્ સાધન બળથી 'હસ' ગતિને 'સોહહ' ગતિમાં બદલી શકે છે. આમ કરવાથી આત્મજ્ઞાનનો રસ્તો ખુલી જાય છે, તથા ઈડા-પિંગલામાં પ્રવાહશીલ વાયુની વક્રગતિ મધ્યમા સુષુમ્ણામાં સરળ ગતિથી બદલાય જાય છે. સુષુમ્ણા, બ્રહ્માર્ગ છે. ઈડા-પિંગલા માર્ગથી આકૃષ્ટ થઈને વાયુ (પ્રાણ) જે પરિમાણમાં સુષુમ્ણામાં પ્રવેશ કરે છે, તે પરિમાણમાં વિકલ્પનો ઉપશમ થાય છે અને નિર્વિકલ્પ આત્મ જ્ઞાનના બંધ દ્વાર ઈરિ ઈરિ ખુલવા શરૂ થઈ જાય છે. સુષુમ્ણામાં પ્રવેશ કર્યા વિના વાયુ (પ્રાણ) તથા મનની ઊર્ધ્વગતિ સંભવ થતી નથી. તથા ઊર્ધ્વના વિના વિકાર ત્યાગીને ચિત્ત સામ્યભાવમાં સ્થિતિ લાભ નથી કરી શકતો. યોગીઓ જેને કુંભક કહે છે, તે ક્રમશઃ આ ઊર્ધ્વગતિના ફળ સ્વરૂપ સિદ્ધ થાય છે. કુંભકમાં વાસ્તવમાં ગતિ નથી હોતી, એવી વાત નથી. કિંતુ વક્ર ગતિ છૂટીને અંતર્મુખી સરળ ગતિની સૂચના હોય છે. આ ગતિઓથી અંતમાં ગતિહીન અવસ્થાનો આભાસ મળે છે. જાગતિક ભાષામાં આપણે જેને પ્રાણ-અપાનનો વ્યાપાર કહીએ છીએ તેને જ યોગીની ભાષામાં હંસ-મંત્રનું ઉચ્ચારણ સમજવું પડશે.

અજપા આત્મમંત્ર છે. જાગ્રત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ આ ત્રણ અવસ્થાઓમાં જીવાત્મા વાસ્તવમાં પરમાત્માથી અભિન્ન છે. આ મહાતત્વ જ આ મંત્રનું પ્રતિપાદ છે. આ મંત્રના ત્રણ છે :- બ્રહ્મા, ઇંદ્ર : ગાયત્રી, દેવતા આત્મા, શક્તિ 'સ' અને બીજ 'હ' આ મંત્રના બે ભાગ છે, એક શક્તિ, બીજો બીજ. એટલે શિવ-શક્તિ ઘટિત છે. વિદ્યા યા સંવિત્સુપિણી શક્તિ જ મંત્રાત્મા 'સ' કારનો વાચ્યાર્થ છે. તેવી રીતે ઉક્ત શક્તિના પ્રતિપાદ નિષ્કલ પરશિવ જ 'હ' કારના પ્રતિપાદ છે. શબ્દાત્મક શક્તિ અને બીજ અર્થાત્ 'સ' અને 'હ' આ સ-કલ અને નિષ્કલ સ્વરૂપનું પ્રતિપાદન કરે છે. સત્ય જ્ઞાન આદિ લક્ષણ નિરૂપાધિક સ્વપ્રતિષ્ઠિત અંતરાત્મરૂપી ચૈતન્ય જ પરશિવ છે. 'અહ' શબ્દ અંતરાત્મા યા પ્રત્યગાત્માનો બોધ કરાવે છે, એટલા માટે તેના દ્વારા પરશિવનો પ્રકાશ થાય છે. એ શિવ-સ્વરૂપ પોતાની માયા દ્વારા જ્યારે પોતે જ પોતાના પ્રતિયોગી યા પ્રતિદ્વંદ્વીનું ઉદ્ભાવન કરે છે. તો તે પ્રતિયોગી તેમનો દ્વિતીય થાય છે. અને તેને શક્તિ કહે છે. અજપા મંત્રમાં જે 'સઃ' કાર છે, તે આ શક્તિનો બોધ કરાવે છે. આ મંત્ર એટલે જ શિવ અને શક્તિ ઉભયાત્મક છે. કારણ કે 'હ' પુરુષનો અને 'સ' પ્રકૃતિનો વાચક છે. 'પ્રપંચસાર' માં ભગવાન્ શંકરે કહ્યું છે કે :-

હકારઃ પુરુષઃ પ્રોક્તઃ સ ઇતિ પ્રકૃતિર્મતા ।

પું-પ્રકૃત્યાત્મકો હંસઃ તદાત્મક મિદં જગત્ ॥

શિવ શક્યાત્મક અર્ધનારીશ્વર અર્થાત્ શક્તિયુક્ત પરમેશ્વર નિરંતર આ પરશિવસ્વરૂપનું ધ્યાન કરે છે અને તે મંત્ર જપે છે.

સ્વાભાવિક શ્વાસ - પ્રશ્વાસના રૂપમાં જીવ જે મંત્રનો જાપ કરે છે, તેને જ હંસ મંત્ર અથવા અજપા-આત્મમંત્ર કહેવાય છે. તેની ઉપાસના તે સોહહ ઉપાસના છે. જેને

પરોપાસના પણ કહેવામાં આવે છે. સાંસારિક બંધનો અને મોહમાં અંધ બનેલ અજ્ઞાની જીવ જ્યાં સુધી આ પરાવિધાને નહિ જાણે ત્યાં સુધી તેને મોક્ષની પ્રાપ્તિ અસંભવ છે. જ્યારે સદ્ગુસ્ત્રી કૃપાથી આ પરાવિધાને જાણી લે છે અને તે અનુસાર સાધના કરે છે, ત્યારે જ તેને સાંસારિક બંધનમાંથી મુક્તિ મળે છે. આ અજપાજપ મોક્ષદાયક છે.

હંસો ગણેશો વિધિરેવ હંસો હંસો હરિર્હંસમયસ્વ શમ્ભુઃ ।
 હંસો હિ જીવો ગુરુરેવ હંસો હંસો મમાત્મા પરમાત્મા હંસઃ ॥
 દેહો દેવાલયઃ પ્રોક્તો જીવો નામ સદાશિવઃ ।
 ત્યજેદજ્ઞાન નિમલ્લિયં સોઢહંભાવેન પૂજયેત્ ॥
 અહં દેવો ન ચાન્યોઽસ્મિ બ્રહ્મૈવાહં ન શોકમાક્ ।
 સચ્ચિદાનંદ રૂપો હમાત્માનમિતિ ભાવયેત્ ॥
 હકારેણ બહિયોતિ સકારેણ વિશેત્ પુનઃ ।
 હંસાત્મિકાં ભગવતીં જીવો જવતિ સર્વદા ॥

આ મંત્રના પ્રતિપાદ દેવતા આધારાદિ ચક્રો અનુસાર ક્રમશઃ ગણેશ, બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, શંકર, જીવ, ગુરુ અને આત્મા તથા પરમાત્મા છે. આ સર્વ રૂપનો વિકાસ હંસ મંત્રથી થાય છે. એટલે આ સર્વનું કારણ છે, તથા આ બધા રૂપોનો સમન્વય આ મંત્રમાં છે. શરીરરૂપી મંદિરમાં સદાશિવ જ જીવરૂપમાં નિવાસ કરે છે. આ મંત્રના દ્વારા અજ્ઞાનરૂપી નિર્માલ્ય (જે ચંડાધિકાર હોવાથી ત્યાજ્ય છે) છોડવાથી હંસઃ સોઢહં રૂપમાં પરિણત થઈ જાય છે. આ મુજબ ભાવના આ પ્રકારે છે કે ‘હું જ સાક્ષાત્ બ્રહ્મ છું. હું બધા શોકોથી મુક્ત છું. તથા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ છું.’ આ રીતે સ્વયંને બ્રહ્મરૂપ માનવું જોઈએ. શ્વાસના બહિર્ગ મનમાં હ કારનું ઉચ્ચારણ થાય છે, તથા અંતર્ગમનમાં સકારનું. આ રીતે જીવ હંસ સ્વરૂપિણી ભગવતી અજપા ગાયત્રીનો જપ કરતો રહે છે.

બ્રહ્મરંધ્રમાં બિંદુના રૂપમાં કારણ તત્ત્વની સ્થિતિ છે. ઊર્ધ્વમાં શક્તિ રૂપ વિસર્ગ અને અધોભાગમાં શિવબિંદુની સ્થિતિ છે. તેને જ ‘હંસ’ શબ્દથી ઓળખવામાં આવે છે. એને પરમાત્મ મંત્ર કે આત્મમંત્ર પણ કહે છે.

શ્વાસ-પ્રશ્વાસ જ આત્મમંત્ર છે. નિઃશ્વાસ ‘સઃ’ કાર તથા ‘ત્વ’ પદાર્થ અને ઉચ્છ્વાસ બિંદુ સહિત આકાશબીજ ‘હં’ કાર છે. એ ‘તત્’ પદાર્થ છે. ફરી ફરી આ બંનેનો યોગ (મિલન) હું છું. આનું નામ છે ‘તત્ત્વમસિ’ આ અજપાના સ્વરૂપનું રહસ્ય છે.

હંસઃ પદં પરેશાનિ પ્રત્યહં જપતે નરઃ ।
 મોહાન્ધો યો ન જ્ઞાનાતિ મોક્ષતસ્ય ન વિદ્યતે ॥
 શ્રી ગુરોઃ કૃપયા દેવિ જ્ઞાયતે જપ્યતે તતઃ ।
 તસ્માચ્છ્વાસૈશ્વ નિઃશ્વાસૈસ્તદા બન્ધક્ષયો ભવેત્ ॥
 અજપા નામ ગાયત્રી યોગીનાં મોક્ષદાયિની ।
 તસ્યા વિજ્ઞાનમાત્રેણ નરઃ પાપૈઃ પ્રમુચ્યતે ॥
 અનયા સદૃશી વિદ્યા ચાનયા સદૃશો જપઃ ।
 અનયા સદૃશં પુણ્યં ન મૃતં ન મવિષ્યતિ ॥

(શારદાતિલક)

હે ભાગવતિ ! આ તે જ ‘હંસ’ પદ છે, જેનો મનુષ્ય પ્રતિદિન જપ કરે છે. મોહમાં પડીને જે મનુષ્ય આ મંત્રને નથી જાણતો, તેને મોક્ષ પ્રાપ્ત થઈ શકતો નથી. જ્યારે શ્રી ગુરુદેવની કૃપાથી જીવ એને જાણી લે છે અને જપ કરે છે, ત્યારે આ શ્વાસની સાધારણ ક્રિયા, જે અનાયાસ સંપન્ન થતી રહે છે, તેના દ્વારા તે સંસાર બંધનથી છૂટી જાય છે. ન તો આ વિદ્યા સમાન કોઈ વિદ્યા છે અને ન આના જેવો જપ પણ. આ વિધાના સમાન પવિત્ર સાધના આજ સુધી નથી તો થઈ અને થાશે પણ નહિ. આ સર્વશ્રેષ્ઠ ઉપાસના છે.

દક્ષિણામૂર્તિ સંહિતામાં લખ્યું છે કે :-

અથઃ વક્ષ્યે મહેશાનિ પ્રત્યહં પ્રજપેન્નરઃ ।
મોહન્વા યો ન જાનાતિ મોક્ષસ્તંસ્ય ન વિચ્ચતે ॥
શ્રીગુરોઃ કૃપયા દેવિ જ્ઞાયતે જપ્યતે યદા ।
ઉચ્છ્વાસ - નિઃશ્વાસ તયા તદા વન્ધ્યક્ષયો ભવેત્ ।
ઉચ્છ્વાસરેવ નિઃશ્વાસૈહંસ ઈત્યક્ષરદ્વયમ્ ।
તસ્માદ્વાણાશ્ચ હંસારશ્ચ આત્માકારણ સંસ્થિતઃ ॥
નામેરુચ્છ્વાસ - નિઃશ્વાસાદ્ હૃદયાગ્રે વ્યવસ્થિતઃ ।
ષષ્ટિશ્વાસૈર્ભવેત્ પ્રાણઃ ષટ્પ્રાણાઃ નાડિકા મતા ॥
ષષ્ટિનાદ્યા અહોરાત્ર જપસંખ્યાક્રમો મતઃ ।
એક વિંશતિ સાહસ્રં ષટ્શતાધિકમીશ્વરિ ॥
જપતે પ્રત્યહં પ્રાણી સાન્દ્રાનન્દમયી પરમ્ ।
ઉત્પત્તિસ્તુ જયારમ્ભો મૃત્યુસ્તત્ર નિવેદનમ્ ॥
પિતા જપેન દેવેશિ જપો ભવતિ મન્ત્રિણઃ ।
અજપેયં તતઃ પ્રોક્તા ભવપાશનિકૃન્તાની ॥

સ્વાભાવિક શ્વાસ-પ્રશ્વાસના રૂપમાં જીવ જે મંત્રનો જપ કરે છે, તેને જ હંસ અથવા ‘અજપ-મંત્ર’ કહેવામાં આવેલ છે. સાંસારિક મોહથી અંધ બનેલ અજ્ઞાની જીવ જ્યાં સુધી અપરાવિધાને નથી જાણતો ત્યાં સુધી તેને મોક્ષની પ્રાપ્તિ અસંભવ છે. જ્યારે ગુરુદેવની કૃપાથી આ વિધાને જાણી લે છે અને તદ્અનુસાર સાધના કરે છે ત્યારે તેને સાંસારિક બંધનોથી મુક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. શ્વાસની સ્વાભાવિક બહિર્ગમન અને અંતર્ગમનની ક્રિયામાં ‘હંસ’ આ બે અક્ષરોના જપ ચાલતા રહે છે. એટલે પ્રાણને ‘હંસ’ કહે છે અને તે આત્મસ્વરૂપ છે. શ્વાસક્રિયા નાભિથી પ્રારંભ થાય છે તે મુજબ હૃદય-ચક્ર (અનાહત) માં પ્રાણની સ્થિતિ છે. ૬૦ શ્વાસ-ક્રિયા થતાં તેની સંજ્ઞા ‘પ્રાણ’ થાય છે. છ (૬) પ્રાણોની એક નાડી અને ૬૦ નાડીનો એક દિવસ રાત્રિ. આ પ્રકારે ૬૦×૬×૬૦ = ૨૧,૬૦૦ (એકવીસ હજાર છસો) શ્વાસની આ મંત્રની જપસંખ્યા છે. આ રીતે પ્રત્યેક પ્રાણી પ્રતિદિન પરમાનંદ સ્વરૂપિણી પરા વિધાના જપ કરતા રહે છે. શ્વાસ પ્રશ્વાસના રૂપમાં આ જપનો પ્રારંભ જન્મથી જ થઈ જાય છે તથા મૃત્યુ સમયે તે જપ નિવેદિત થાય છે. આ રીતે જન્મ લઈને મૃત્યુ પર્યન્ત એક અખંડ સાધના છે. આ ઉપાસનામાં જપ કર્યા વિના મંત્રી સાધકના જપ ચાલતા રહે છે. એટલે સંસાર બંધનને નષ્ટ કરનારા આ ‘અજપાજપ’ ના નામથી વિજ્ઞાત છે.

એક રીતે વિચારીએ તો આ એક અત્યંત સરળ સાધના છે. એમાં કોઈ સંદેહ નથી. ખરું પૂછો તો કોઈપણ સાધના આથી સરળ નથી હોઈ શકતી. મનુષ્યના દેહ ધારણ બાદથી જ અર્થાત્ માતાના ગર્ભથી ભૂમિષ્ઠ થવાના સમયથી પ્રયાણકાળ સુધી સમગ્ર જીવનમાં જે સ્વાભાવિક શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા ચાલે છે, તેને અનુલક્ષીને અજપા-સાધના અનુષ્ઠિત થાય છે. એને માટે કોઈ ખાસ ઉપકરણ, જપમાળા-ગોમુખી, કોઈ કૃત્રિમ પ્રક્રિયા, કોઈ વિશેષ આવશ્યક બનતું નથી. જાણતા-અજાણતા, દર સમય શ્વાસ-પ્રશ્વાસથી સંમિલિત અજપા-ક્રિયા પણ તેવી રીતે, જાગ્રત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ બધો સમય સમાનરૂપથી ચાલતો રહે છે. આ ક્રિયા આરબ્ધ થયા પછી એ મનોયોગ યા ચેષ્ટાની અપેક્ષા કર્યા વિના આપમેળે અવિરત ચાલતી રહે છે. એટલા માટે આ રીતે આ જે બહુ જ સરળ સાધન છે, એ સમજવામાં મુશ્કેલી પડતી નથી. પરંતુ સરળ હોવા છતાં પણ આ સાધના ખૂબ જ નિગૂઢ છે, એનું વિજ્ઞાન એક ગંભીર રહસ્ય છે. એનું ફળ બીજી કૃત્રિમ સાધના જેવું નથી. નિષ્ક્રિય પરમ સત્તાના હૃદયનો આશ્રય કરીને જે ક્રિયા વિશ્વમાં નિરંતર ચાલે છે, મનુષ્ય દેહમાં અજપા તેની પ્રતિચ્છાયા માત્ર છે. આ સ્વભાવની, સ્વનિર્ભર, સ્વરની, સ્વયંભૂ સાધના છે, આ સાધનાના આદિગુરુ શ્રી ભગવાન સ્વયં છે. આ સંબંધમાં સંદેહની સહેજ પણ ગુંજાઈશ નથી. પ્રકૃતિમાં વ્યષ્ટિ ભૂમિ અને સમષ્ટિમાં સમાન રૂપથી એનો પ્રભાવ જોવામાં આવે છે. અજપા વિજ્ઞાનને બરાબર સમજી શકવાથી તત્ત્વજ્ઞાનનો પૂર્ણ ઉદય અવશ્યભાવપસ છે. આ સાધના જેવી સ્વાભાવિક છે, એનું ફળ પણ તેવું જ સ્વાભાવિક છે. અર્થાત્ સ્વભાવમાં સ્થિતિ લાભ.

આ સાધના અનાદિકાળથી જ પ્રચલિત છે. સદાશિવ, બ્રહ્મા, નારદ, વસિષ્ઠ, ધ્રુવ, પ્રહ્લાદ, આદિએ પણ સાધન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. પ્રાચિન કાળમાં ગોરક્ષનાથ તથા બીજા નાથ યોગીઓ અજપા સાધનનો મહિમા જાણતા હતા. આ સાધનામાં સિદ્ધિ લાભ કરી તેમણે મુક્ત કંઠથી એના મહિમાને ઉદ્ઘોષિત કર્યો છે. નાથ સંપ્રદાયના સાહિત્યમાં ઘણી જગ્યાએ અજપા સાધનાના મહાત્મ્યના ભારોભાર પ્રમાણ મોજુદ છે. કહેવાય છે કે મહાયોગી ગુસ્માનક સાહેબે રાજા શિવનાથને પોતાના અધિકારને અનુરૂપ કેટલાયે ઉપદેશો કર્યા હતા. આ ઉપદેશ પરંપરામાં પ્રથમ રામ નામ, ત્યાર બાદ પ્રણવ અને સર્વના અંતમાં હંસરૂપ અજપામંત્રનો ઉલ્લેખ મળે છે.

મહાપ્રભુ ચૈતન્ય, રામાનંદ, સ્વરૂપ દામોદર, શિખિ માઈતી, સંત જ્ઞાનેશ્વર, સંત કબીર, મીરાબાઈ, સહજેબાઈ, મહાત્મા તુલસીદાસ આદિ મહાપુરુષોની સિદ્ધિના મૂળમાં આ સાધનાના અનુષ્ઠાન વિધમાન છે. સાધક સંપ્રદાયમાં એ સુપ્રસિદ્ધ છે. પ્રવર્તમાન યુગમાં પણ યોગી ગંભીરનાથ, મહાત્મા વિજય કૃષ્ણગોસ્વામી, મહાત્મા રામઠાકુર, સ્વામી બ્રહ્માનંદ, સ્વામી રામદાસ, મહાયોગી લોકનાથ વગેરેએ આ સાધનાનો મહિમા સ્થાપિત કર્યો છે.

ભગવાન શિવે કહેલા ‘સ્વરોદયજ્ઞાન’, ભગવાન બુદ્ધે કહેલો ‘આનાપાનસત્તિયોગ’ અને વિપશ્યના સાધનાના મૂળમાં આ જ વાત છે. જેનાચાર્યો અને તિર્થંકરોએ પણ આ સાધનાને અનુમોદન આપેલ છે. અજપાગાયત્રી, હંસવિદ્યા, આત્મમંત્ર, પ્રાણમંત્ર, પ્રાણચક્ષુ આદિ વિવિધ નામોથી યૈદિક, પૌરાણિક અને તાંત્રિક સાહિત્યમાં આ સાધના નિર્દિષ્ટ છે. બહારના આચાર-વિચાર અને આડંબરોને બાદ કરીએ તો બધા મનુષ્યો

માટે આત્માથી પરમાત્મા સુધી પહોંચવાનું આનાથી વધીને અન્ય કોઈ સાધન નથી. આમાં જ સર્વધર્મ સમન્વય છે. આ વાતનો કોઈ અસ્વીકાર કરી શકે તેમ નથી. જેમ ગાયો જુદા રંગની કદની હોઈ શકે પરંતુ દરેક ગાયનું દૂધ શ્વેત જ હોવાનું. તેવી રીતે હિંદુ, મુસ્લિમ, શીખ, ઈસાઈ, પારસી, ચીની, જાપાની, ચહુદી બધાને માટે આ ઉપાસના સર્વ માન્ય છે. એનો કોઈ ઈન્કાર કરી શકે તેમ નથી.

અજપા કુંડલિનીથી ઉદ્ભૂત પ્રાણધારિણી પ્રાણવિદ્યા રૂપમાં યોગી સમાજમાં પ્રચલિત છે. હંસ કહેવાથી પ્રત્યક્ષ આત્મા અથવા ત્યષ્ટિ તુરીય સમજવું જોઈએ અને પરમહંસ શબ્દથી પરમાત્મા અથવા સમષ્ટિ તુરીયનો બોધ થાય છે. વ્યષ્ટિ તુરીય અને સમષ્ટિ તુરીયના પરસ્પર મળી જવાથી હંસયોગ નિષ્પન્ન થાય છે. આ જ અજપાનું તત્ત્વ છે.

જેની પ્રજ્ઞા શક્તિ (જ્ઞાનશક્તિ) ઉજ્જવળ નથી, જે અત્યંત સૂક્ષ્મ તત્ત્વ ગ્રહણ નથી કરી શકતો, તેનું નામ મંદપ્રજ્ઞ છે. આ પ્રકારે સાધક ‘હ’કારના દ્વારા પુરુષ અને ‘સ’ના દ્વારા પ્રકૃતિ આ બંનેની ધારણા કરે છે. એટલા માટે તેની દૃષ્ટિથી હંસ યોગ કહેવાથી પુરુષ અને પ્રકૃતિના યોગ સમજવામાં આવે છે. પરંતુ જેની પ્રજ્ઞા તેનાથી તીક્ષ્ણ છે, ચાને જે મધ્યપ્રજ્ઞ છે, તેની દૃષ્ટિ અનુસાર ‘હ’કાર અપાનનો અને ‘સ’કાર પ્રાણના સંચારનો બોધ કરાવે છે. મુખ્ય પ્રાણ જ્યારે પરાસ્મુજ ભાવથી આવર્તિત થાય છે, તો તેને પ્રાણને બદલે અપાન કહેવામાં આવે છે, એટલે જ તો હંસ વિદ્યાનું રહસ્ય મધ્યમ સાધકની દૃષ્ટિથી પ્રાણ અને અપાનના સંયોગ સિવાય બીજું કંઈ જ નથી. પરંતુ જે સાધક ઉત્તમ પ્રજ્ઞા સંપન્ન છે, તેની દૃષ્ટિ વધુ સૂક્ષ્મ છે. તે પ્રકૃતિ-પુરુષના સંબંધ યા પ્રાણ અને અપાનના સંબંધને છોડીને આત્મસ્વરૂપની તરફ લક્ષ્ય કરે છે. આ સાધક અજપા મંત્રના પૂર્વ ભાગ ‘અહ’ને જીવાત્મા અને ઉત્તર ભાગ ‘સઃ’ને શક્તિ વાચક કહીને ધારણા કરે છે.

જો કે અધિકાર ભિન્ન છે, એટલા માટે અજપા-મંત્રના વિધાન પણ ભિન્ન છે. નિમ્ન અધિકારી તાળવું, ઓઠ (હોઠ) આદિ દૈહિક ઉચ્ચારણ-ચંત્રના વ્યાપાર દ્વારા અજપામંત્ર કહે છે. આવા સાધકોના ચિત્ત પૂર્ણતયા શુદ્ધ યા શોધિત નથી. એટલે તેઓ દેહગત ક્રિયાનો આશ્રય કર્યા વિના જપ સાધન નથી કરી શક્તા. પરંતુ જે મધ્યમ અધિકારી છે, તેમનું ચિત્ત-સંસ્કાર અધિક છે. એટલા માટે તેમને અજપા-જપ કરવા માટે તાલુ આદિની કોઈ ક્રિયા આવશ્યક નથી હોતી. તેનો અધિકાર ઉચ્ચ છે, એટલે તેમનું વિધાન પણ ભિન્ન છે. તેઓ માટે દૈહિક ઉચ્ચારણનું પ્રયોજન નહિ રહેવાથી પણ બીજા પ્રકારના અનુસંધાનની આવશ્યકતા છે. તેમણે ભાવના કરવાની હોય છે કે અજપા મંત્રનો ‘સ’ અંશ-પ્રાણરૂપમાં અને ‘હ’ અંશ અપાન વૃત્તિના રૂપમાં પોતાના દેહમાં અનુસ્યૂત છે. ‘હ’ શબ્દથી અપાનવૃત્તિના રૂપમાં પોતાના દેહમાં અનુસ્યૂત છે. ‘હ’ શબ્દથી અપાનવૃત્તિનો સામ્યમૂલક સંબંધ છે. એટલે ‘હ’ કાર અપાનવૃત્તિની સૂચના કરે છે. તેવી જ રીતે ‘સઃ’ કાર પ્રાણ પ્રાણનો બોધ કરાવે છે. ‘સઃ’ અને ‘હ’ મંત્રના બે ભાગ પ્રાણ અને અપાનવૃત્તિ રૂપમાં પોતાના દેહમાં સંદેવ ક્રિયા કરે છે. નિરંતર એવું વિચારવું જ અજપા-જપ છે. જે સાધક પ્રાણ-અપાન રૂપમાં વિદ્યમાન આ મંત્રને

ગુરુમુખથી અધિગત કરે છે, તે ‘અજપન્નપિ’ અર્થાત્ તાલુ-જીભ આદિનો વ્યાપાર નહિ કરે તો પણ તેમાં પ્રાણ-અપાનરૂપ મંત્ર અનુસ્યૂત રહે છે. એટલે તેના સદા જપ થાય છે. એટલે જ તો આ હંસમંત્રને અજપા-વિદ્યા કહે છે. વાચિક જપની અપેક્ષા અનુસંધાનરૂપ આ જપ અધિક પ્રબળ છે અને અધિક ફળપ્રદ છે. આમ છતાં આ જપની સાથે આસ્તિક્ય ભાવ, ગુરુભક્તિ, શ્રદ્ધા આદિ સદ્ગુણનો સમાવેશ રહેવાથી બળ અધિક હોય છે. આ થઈ મધ્યમ અધિકારીની વાત. પણ, ઉત્તમ અધિકારીને માટે અજપાનું વિધાન બીજા જ પ્રકારનું છે. કહેવાનું નહિ હોય, ઉચ્ચ અધિકારીનું ચિત્ત શ્રવણ, મનન, આદિના અભ્યાસથી બહુ જ વિશુદ્ધ હોય છે. આ પ્રકારનો સાધક ધારણા કરે છે કે અજપા મંત્રનો પૂર્વ ભાગ ‘અહ’ પદાર્થ જીવનો વાચક છે. પણ મંત્રના ઉત્તર ભાગમાં જે ‘સઃ’ પદ છે, તે એના મનથી શક્તિ વાચક છે. આ શક્તિ વાસ્તવમાં વિશ્વના કારણ પરમેશ્વરનું બીજું નામ છે. એટલે જ તો સંસારી રૂપમાં પ્રતિયમાન ‘અહ’ જ વાસ્તવમાં ‘સઃ’ અથવા પરમાત્મા છે. આ અજપા-જપનું તાત્પર્ય છે.

આત્મા સ્વબળથી દષ્ટા બનીને જો દશ્ય કરે તો મન પણ તટસ્થ થઈને પ્રાણના ખેલને જોઈ શકે છે. એટલે મનને શ્વાસની ગતિના નિરીક્ષણ કાર્યમાં લગાવવું જોઈએ. અને સ્વયં મનની પૃષ્ઠ ભૂમિમાં નીરવ બનીને અવસ્થાન કરવું જોઈએ. સાધારણ રીતે મન શ્વાસની પ્રાણની સાથે સંચારિત થાય છે. આથી શ્વાસ ચાલે છે. પણ મન જ્યારે શ્વાસની સાથે ન ચાલીને તેની ગતિનું નિરીક્ષણ કરતું રહે છે, તો હું પણ ઉદાસીન થાઉં છું અને શ્વાસની ગતિમાં પણ મંદતા આપે છે.

એની પણ એક પરાવસ્થા છે. તે અદ્ભૂત રહસ્ય છે. જ્યારે શિવ-શક્તિનું મિલન થાય છે, જ્યારે પ્રાણ અને અપાનનો યોગ થાય છે, જ્યારે વાયુ સ્તમ્ભિત થાય છે, મન સ્તમ્ભિત થાય છે, સમગ્ર વિશ્વ સ્તમ્ભિત થાય છે, કાળની ગતિનો નિરોધ થાય છે, પરમ શાંતિનો ઉદય થાય છે, ત્યારે તે મહા સ્થિતિમાં પણ અંદરને અંદર એક વ્યાપાર ચાલે છે. આ હંસ અવસ્થાથી પરમહંસ અવસ્થામાં ઉન્નયન છે. અને આત્મ રમણ કહે છે. અહીં સ્વરનો (સ્વનો) સ્વેર વિહાર છે તે પોતાનો પોતાનામાં વિહાર છે. બીજું કંઈ તો એ સમયે થતું નથી, શિવ-શક્તિ મિલિત થાય છે. મિલિત થવામાં પણ તેમાં અંતઃક્રિયા છે. આ શિવ-શક્તિનું પરસ્પર અનુપવિષ્ટ અર્ધનારીશ્વર સ્વરૂપ છે. આ બહુ જ ગુપ્ત છે. આગમ કહે છે એ અનુત્તર અક્ષરરૂપી પરમેશ્વર પોતાના અંગભૂત અને નિખિલ પ્રપંચાત્મક વિમર્શ-શક્તિમાં અનુપ્રવિષ્ટ યા પ્રતિબિંબિત થાય છે, તેના પછી તે વિમર્શ-શક્તિ પોતાના અંતઃસ્થિત પ્રકાશમય પ્રતિબિંબના અનુપ્રવિષ્ટ થાય છે. આ આત્મારામ અવસ્થાનો પૂર્વાભાસ છે.

અજપાજપ સમર્પણ

અજપાજપનું પ્રતિદિન સમર્પણ આ રીતે કરવું જોઈએ, પ્રથમ સાધકે આસન ઉપર બેસી બ્રહ્મરંદ્રમાં ભક્તિ ભાવથી યુક્ત થઈ સદ્ગુણનું ધ્યાન કરી પ્રણામ કરવા. ત્યાર બાદ અનાહત પદ્મમાં બાણલિંગમાં શિવના મસ્તક પર નિર્વાત-નિષ્કંપ, દીપ કલિકા આકારના ‘હંસ’ બીજ પ્રતિપાદ્ય તેજોમય જીવાત્માનું માનસ નેત્રથી દર્શન કરી તેનું ધ્યાન કરવું જોઈએ. તે ધ્યાન આ પ્રમાણે છે :-

ગમાગમસ્થં ગમનાદિશૂન્યં ચિદ્ગુણરૂપં તિમરાન્ત કારકમ્ ।
પશ્યામિ તં સર્વજન પ્રધાનં નમામિ હંસં પરમાર્થરૂપમ્ ॥

ગમ એટલે જેનું રહસ્ય આગમસ્થ એટલો વેદો સમજાવે છે તે ગમનાદિશૂન્ય એટલે આવાગમનથી રહિત છે અને ચિદસ્વરૂપ છે, વળી જે તમામ પ્રકારના અંધકારનો નાશ કરનાર છે. તે પરમાર્થ રૂપ હંસ (જે બ્રહ્મ છે તે) તો સર્વજનોમાં જોઈ શકાય છે, અને પ્રણામ કરું છું.

આ રીતે ધ્યાન ધર્યા બાદ અજપાજપના ષડ્ગ ન્યાસાદિ કરવું આ રીતે :-

ૐ હંસાં સૂર્યાત્મને તેજોવત્યે શક્ત્યે હૃદયાય સ્વાહા ।
ૐ હંસીં સોમાત્મને પ્રમાશક્ત્યે શિરસિ સ્વાહા ।
ૐ હંસું નિરંજનાત્મને અવિદ્યા શક્ત્યે શિખાયૈ સ્વાહા ।
ૐ હંસૈં નિરામાસાત્મને મહાશક્ત્યે કવચાયૈ સ્વાહા ।
ૐ હંસૌં અનન્તાત્મને ઇક્ષણશક્ત્યે નેત્રત્રયાયૈ સ્વાહા ।
ૐ હંસઃ અંતરાત્મને શક્ત્યે અસ્ત્રાયૈ ફટ ।

ઋષ્યાદિ ન્યાસ અને વિનિયોગ ત્યાર પછી આ પ્રમાણે કરવા.

અસ્ય અજપા ગાયત્રી મંત્રસ્ય હંસ ઋષિઃ । અવ્યક્ત ગાયત્રી હ્રદઃ । પરમહંસ દેવતા । હં બીજમ્ । સઃ શક્તિઃ । સોહં કીલકં પરમાત્મ પ્રીતયે ઉચ્છ્વાસ-નિઃશ્વાસાધ્યાં ષટ્શતાધિકૈક વિંશતિ સહસ્ત્રાપાજપ સમર્પણેન મોક્ષપ્રાપ્યતે વિનિયોગઃ ।

ૐ શિરસિ હંસ ઋષયે નમઃ । ૐ મુખે અવ્યક્ત ગાયત્રી હ્રદસે નમઃ । ૐ પાદયોઃ સઃ શક્ત્યે નમઃ । ૐ સર્વાંગે સોહં કિલકાય નમઃ ।

આટલું કરીને પછી સહસ્ત્રારમાં ગુણનું ધ્યાન, હૃદયમાં હંસનું ધ્યાન, એ જ પ્રમાણે મૂલાધારમાં કુંડલિનીનું ધ્યાન કરવું. આ ઉપરાંત તેનું તેજોમય મૂર્તિરૂપે ધ્યાન તથા ચિંતન કરવું. પછી આ ત્રણે તેની મનથી એકતા કરીને, તે તેજના પ્રભાવથી પોતાને પણ તેજોમય અને અભિન્ન કલ્પીને અનાહત પદ્મમાં જીવાત્મા તરફ લક્ષ્ય કેન્દ્રિત કરી એકસો આઠ અથવા તેથી વધુ યથા-સાધ્ય ‘ૐ હ્રીં હંસ સ્વાહા ।’ એ પ્રમાણે આત્મા અષ્ટાક્ષરમંત્રના જપ કરવા. ૐ હંસ હંસાય વિદ્મહે । સોહં હંસાય ધીમહિ । તન્નો હંસઃ પ્રચોદયાત્ - (હંસ ગાયત્રી) જપ કરી શકાય.

આ પછી સ્થાન-સ્થાન પર અજપા મંત્ર જપનું સમર્પણ નીચે મુજબ પ્રતિદિન કરવું જોઈએ :-

આજ્ઞા ચક્રમાં વિદ્યુત પુંજ સમાન શુભ્ર હ અને ક્ષ વર્ણથી યુક્ત દ્વિદળ (બે પાંદડીવાળા) કમળમાં માયા સહિત પરમાત્માને એક હજાર (૧,૦૦૦) અજપાજપ સમર્પણ કરીને હું પ્રણામ કરું છું.

બ્રહ્મરંધ્રમંડપે કર્પૂરામે નાના વર્ણોજ્જ્વલ દલ વિષ્ણુષિતે નાના વર્ણ સમુદયોડડજ્વાલદલ સહસ્ત્રારે નાદબિન્દુ પરિસ્થિતં બ્રહ્મરૂપં સશક્તિક ગુરવે એક સહસ્ત્રસંખ્યામ જપાજપમહં સમર્પયામિ નમઃ ।

બ્રહ્મરંધ્રમાં કપૂર સમાન ઉજ્જવળ, વિવિધ વર્ણથી શોભતા વિવિધ વર્ણના સમુદાયથી યુક્ત, પ્રકાશવાન સહસ્ત્રાર ચક્રમાં શોભતા વિવિધ વર્ણના સમુદાયથી યુક્ત, પ્રકાશમાન સહસ્ત્રાર ચક્રમાં નાદ બિંદુ પરિસ્થિત બ્રહ્મરૂપ શક્તિશાળી ગુરુને એક હજાર (૧,૦૦૦) અજપાજપ સમર્પણ કરીને હું નમસ્કાર કરું છું.

આ પછી “પદ્મશતાધિકૈ ક વિંશતિ સહસ્ત્ર અજપાજપેન પરદેવતારૂપઃ શ્રી પરમેશ્વર પ્રીયતામ્ નમમ્ ।” આ મંત્ર બોલી માનસિક સંકલ્પ કરવો અને આગલા દિવસ માટે ફરીથી હંસનું માનસિક ધ્યાન કરવું જોઈએ. ધ્યાન આ પ્રકારે છે :-

આરાધયામિ મણિ-સન્નિમાત્મ લિંગં માયાપુરી હૃદય-પદ્મજ-સન્નિવિષ્ટમ્ ।
શ્રધ્ધા- નદી -વિમલ-ચિત્ત-જલાવગાહં નિત્યં સમાધિ-કુસુમૈરેપુનર્મવાયા ॥

વ્યક્તા અને ગુપ્તા એવા બે પ્રકારની અજપા ગાયત્રી છે. ઉપર્યુક્ત પ્રકારના જપ એ વ્યક્તા છે, તથા ભામરી કુંભક દ્વારા નિશ્વાસ રોકતા રહી અંતમાં જે જપ કરવામાં આવે છે, તેનું નામ ગુપ્તા છે. તે અતિગુપ્ત હોવાથી તેને ગુપ્ત જ રાખવું ઠીક છે. આ પ્રમાણે લિખિત ઉપયોગનું સ્વાપલંબન લઈને પ્રતિદિન શ્રદ્ધા ભક્તિ સહિત આ ક્રિયા અનુષ્ઠાન સાધકને શીઘ્ર તત્ત્વજ્ઞાન લાભ થાય છે, એટલું જ નહિ, તે અપાર્થિવ પરમાનંદ પ્રાપ્ત કરીને કૃત-કૃતાર્થ બને છે. ન્યાસાદિ કર્યા વિના પણ સાધક રાત-દિવસ સાંસારિક કાર્યો કરતાં પણ હંસના ધ્યાન અને ‘સોડહ’ જ્ઞાનમાં નિમગ્ન થઈ શકે છે.

મૂલાધાર ચક્રથી આરંભી સહસ્ત્રારચક્ર સુધી આરોહ ક્રમમાં ‘હંસઃ’ નો જપ થાય છે તથા બીજા અવરોહ ક્રમમાં ‘સોડહ’ મંત્રનો જપ કરાય છે.

શ્રી જાબાલ દર્શનોપનિષદ્ નાડી પરિચય, આત્મતીર્થ અને આત્મજ્ઞાન

‘જાબાલ દર્શનોપનિષદ્’ માં ભગવાન દત્તાત્રેય પોતાના શિષ્ય મુનિવર્ય સાંક્રુતિને આષ્ટાંગ યોગનો ઉપદેશ કરતાં જણાવે છે કે :-

‘હે સાંસ્કૃતે ! મનુષ્યનું શરીર પોતાના હાથના માપથી ૯૬ આંગળનું હોય છે. આ શરીરનો મધ્ય ભાગ જે છે તેમાં તેમાં અગ્નિનું સ્થાન છે. તેનો રંગ તપાવેલા સોના જેવો માનવામાં આવેલ છે. તે આકૃતિ ત્રિકોણ છે. આ મેં તને સત્ય વાત બતાવી છે. ગુદાથી બે આંગળ ઉપર અને લિંગથી બે આંગળ નીચેનું જે સ્થાન છે, તેને જ શરીરનો મધ્ય ભાગ સમજો. તે જ મૂલાધાર છે. મુનિશ્રેષ્ઠ ! ત્યાંથી નવ આંગળ ઉપર કંદસ્થાન છે તેની લંબાઈ-પહોળાઈ ચાર ચાર આંગળની છે, અને આકૃતિ મરઘીના ઇંડા સમાન છે. તે ઉપરથી ચામડી આદિ દ્વારા વિભૂષિત છે, એવું યોગવેત્તા મહાત્માઓએ કહ્યું છે. કન્ટના મધ્ય ભાગમાં જે નાડી છે, તેનું સુષુમ્ણા નામથી વર્ણન થયું છે તેની ચારે બાજુ ૭૨,૦૦૦ નાડીઓ છે. તેમાં ચૌદ પ્રધાન છે. જેનાં નામ આ પ્રમાણે છે :- સુષુમ્ણા, પિંગલા, ઇંડા, સરસ્વતી, પૂષા, વસ્થા, હસ્તિ, જિહ્વા, યશસ્વિની, અલંબુસા, કુહૂ, વિશ્વેદરા, પચસ્વિની, શંખિની અને ગાંધારી. એ જ ચૌદ નાડીઓ પ્રધાન માનવામાં આવી છે. એ ચૌદમાં પણ પ્રથમ ત્રણ જ સર્વથી મુખ્ય છે. અને એમાં પણ એક નાડી-સુષુમ્ણા સર્વશ્રેષ્ઠ છે. વેદાંતશાસ્ત્રના જ્ઞાતાઓ વિદ્વાનોએ એને બ્રહ્મનાડી કહી છે. પીઠના મધ્ય ભાગમાં વીણાદંડ (મેરૂદંડ) નામથી પ્રસિદ્ધ હાડકાંના મણકાઓનો સમુદાય છે, તેમાં થઈને સુષુમ્ણાનાડી મસ્તક સુધી પહોંચેલી છે. નાભિકંદથી બે આંગળ નીચે કુંડલિનીનું સ્થાન છે. તે અષ્ટ પ્રકૃતિરૂપા માનવામાં આવી છે. તે વાયુની યથાવત્ ચેષ્ટા અને જળ તથા અન્ન આદિને રોકીને જ સદા નાભિકન્ટના બંને પાશ્વોને ઘેરીને સ્થિત રહે છે તથા બ્રહ્મરંધ્રના મુખને પોતાના મુખથી સદા અવેષ્ટિત કરીને રહે છે. સુષુમ્ણાના વામભાગમાં ઇંડા અને દક્ષિણ ભાગમાં પિંગળા સ્થિત છે સરસ્વતી અને કુહૂ એ બંને સુષુમ્ણાના ઉભય પાશ્વોમાં સ્થિત છે. ગાંધારી અને હસ્તિ જિહ્વાની વચ્ચેમાં વિશ્વેદરા નાડી છે. યશસ્વિની અને કુહૂની મધ્યમાં વસ્થાનાડી પ્રતિષ્ઠિત છે. પૂષા અને સરસ્વતી પચસ્વિની નાડીની સ્થિતિ બતાવવામાં આવી છે. ગાંધારી અને સરસ્વતીની વચ્ચેમાં શંખિનું સ્થાન છે.’

અલંબુસા નાભિકંદના મધ્ય ભાગમાંથી નીકળી ગુદા સુધી ફેલાયેલી છે, સુષુમ્ણાનું બીજું નામ રાકા છે. તેના પૂર્વ ભાગમાં કુહૂ નામની નાડી છે. આ નાડી ઉપર અને નીચે સ્થિત છે. એની સ્થિતિ દક્ષિણ નાસિકા (જમણા નાક) સુધી માનવામાં આવી છે. ઇંડા નામની નાડી વામ નાસિકા (ડાબા નાક) સુધી સ્થિત છે. યશસ્વિની નાડી જમણા પગના અંગૂઠા સુધી ફેલાયેલી છે. પૂષા પિંગળા નાડીના પૃષ્ઠ ભાગમાં થઈ જમણી આંખ સુધી ફેલાયેલી છે અને પચસ્વિની નાડી વિદ્વાનો દ્વારા જમણા કાન સુધી ફેલાયેલી માનવામાં આવી છે. સરસ્વતી નાડી ઉપરની તરફ જીભ સુધી ફેલાયેલી છે. હસ્તિ જિહ્વા નાડી ડાબા પગના અંગૂઠા સુધી સ્થિત છે. શંખિની નામની જે નાડી બતાવવામાં આવી છે તે ડાબા કાન સુધી ફેલાયેલી છે. ગાંધારી નાડી વેદાંતજ્ઞો દ્વારા ડાબી આંખ સુધી બતાવવામાં આવી છે. વિશ્વેદરા નાડી નાભિકંદની મધ્યમાં સ્થિત છે.

હે મુનિ ! સુષુમ્ણા નાડીના દેવતા શિવ અને ઇડાના દેવતા વિષ્ણુ ભગવાન છે. પિંગલા નાડીના બ્રહ્માજી અને સરસ્વતી નાડીના વિરાટ દેવતા છે. પૂષા નાડીના દેવતા પૂષા નામક આદિત્ય છે. વસ્થા નાડીના દેવતા વાયુ છે. હસ્તિ જિહ્વા નામક નાડીના દેવતા વસ્થા છે. યશસ્વિની નાડીના દેવતા ભગવાન ભાસ્કર છે. જળ સ્વરૂપ વસ્થા જ અલંબુસા નાડીના દેવતા માનવામાં આવેલ છે. કુહૂની અધિષ્ઠાત્રી દેવી ક્ષુધા છે. ગાંધારીના ચંદ્રમા દેવતા છે. આ રીતે શંખિનીના દેવતા પણ ચંદ્રમા જ છે. પયસ્વિનીના દેવતા પ્રજાપતિ છે. વિશ્વોદરા નાડીના અધિદેવતા ભગવાન અગ્નિદેવ છે.

વેદવેદાંતોમાં શ્રેષ્ઠ મુનીશ્વર ! ઇડા નામની નાડીમાં નિત્ય જ ચંદ્રમાં સંચાર કરે છે અને પિંગળા નાડીમાં સૂર્યદેવ સંચરણ કરે છે. પિંગળા નાડીથી ઇડા નાડીમાં જે સંપત્તિસાત્મક પ્રાણમય સૂર્યનું સંક્રમણ થાય છે, તેને વેદાંત તત્ત્વના જ્ઞાતા મહર્ષિઓએ ઉત્તરાયણ કહેલ છે. આ રીતે ઇડાથી પિંગળામાં જે પ્રાણાત્મક સૂર્યનું સંક્રમણ થાય છે, તે દક્ષિણાયન કહેવામાં આવેલ છે. જ્યારે પ્રાણ ઇડા અને પિંગળાની સંધિમાં આવે છે તે સમય હે પુરુષ શ્રેષ્ઠ ! આ શરીરની અંદર અમાવાસ્યા કહેવામાં આવે છે. જ્યારે પ્રાણ મૂલાધારમાં પ્રવેશ કરે છે, તે સમય હે તાપસોમાં શ્રેષ્ઠ વિદ્વજ્ઞ ! તપસ્વીઓએ આધ વિષુવ નામક યોગનો ઉદય કહ્યો છે, તે સમય તત્ત્વનો વિચાર કરનારા મહર્ષિઓએ આધ વિષુવ નામનો યોગનો ઉદય કહ્યો છે. મુનિશ્રેષ્ઠ ! જ્યારે પ્રાણવાયુ મૂર્ધા (સહસ્ત્રાર) માં પ્રવેશ કરે છે, તે સમય તત્ત્વનો વિચાર કરનારા મહર્ષિઓએ અંતિમ અંતિમ વિષુવ યોગની સ્થિતિ બતાવી છે. સમસ્ત ઉચ્છવાસ અને નિઃશ્વાસ માસ સંક્રાંતિ માનવા આવેલ છે. ઇડા નાડી દ્વારા જ્યારે પ્રાણ કુંડલિનીના સ્થાન પર આવે છે, ત્યારે હે તત્ત્વ શિરોમણિ ! ચંદ્ર ગ્રહણકાળ કહેવામાં આવે છે. આ રીતે જ્યારે પ્રાણ પિંગળા નાડીના દ્વારા કુંડલિનીના સ્થાન પર આવે છે ત્યારે હે મુનીશ્વર ! સૂર્યગ્રહણની વેળા થાય છે.

પોતાના શરીરમાં મસ્તકના સ્થાન પર શ્રીશેલ નામક તીર્થ છે. લલાટમાં કેદારતીર્થ છે. હે મહાપ્રજ્ઞ ! નાસિકા અને બંને ભ્રમરની વચ્ચે કાશીપુરી છે. બંને સ્તનોની જગ્યા પર કુસ્ક્ષેત્ર છે. હૃદયકમળમાં તીર્થરાજ પ્રયાગ છે. હૃદયના મધ્ય ભાગમાં ચિદમ્બર તીર્થ છે. મૂલાધાર સ્થાનમાં કમલાલય તીર્થ છે. જે આ આત્મતીર્થ (પોતાની અંદર રહેનારાં) નો પરિત્યાગ કરીને બહારના તીર્થોમાં ભટકતો રહે છે, તે હાથ રહેલા બહુમૂલ્ય રત્નનો ત્યાગ કરી કાચ શોધતો ફરે છે. ભાવનામય તીર્થ જ સર્વશ્રેષ્ઠ તીર્થ છે. ભાવ જ સંપૂર્ણ કર્મોમાં પ્રમાણભૂત છે. પત્ની અને પુત્રી બંનેનું આલિંગન કરવામાં આવે છે, કિંતુ બંનેમાં ભાવનું મોટું અંતર હોય છે. પત્નિનું આલિંગન જે ભાવથી કરવામાં આવે છે તે ભાવ પુત્રીના આલિંગનમાં નથી બંનેના ભાવ જુદા છે. યોગી પુરુષ પોતાના આત્મતીર્થમાં અધિક શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ રહેતો હોવાથી જળથી ભરેલા તીર્થ અને કાષ્ટ આદિથી નિર્મિત દેવ પ્રતિમાઓનું શરણ નથી લેતા. મહામુને ? બાહ્યતીર્થથી અધિક શ્રેષ્ઠ આંતરિક તીર્થ જ છે. આત્મતીર્થ જ મહાતીર્થ છે, તેની સામે બીજા તીર્થ નિરર્થક છે.

શરીરની અંદર રહેવાવાળા દૂષિત ચિત્ત બહારના તીર્થોમાં ડૂબકી મારવા માત્રથી શુદ્ધ નથી થતાં, જેમ મદીરા (દારૂ) થી ભરેલો ઘડો ઉપરથી સેંકડોવાર જળ વડે ધોવા છતાં પણ અપવિત્ર જ રહે છે.

પોતાની અંદર થનારા જે વિષુવયોગ, ઉત્તરાયણ, દક્ષિણાયન કાળ અને સૂર્ય-ચંદ્રમાના ગ્રહણ છે, તેમાં નાસિકા અને ભવાંઓની મધ્યમાં સ્થિત વારાણસી આદિ તીર્થોમાં ભાવના દ્વારા સ્નાન કરીને મનુષ્ય શુદ્ધ થઈ શકે છે. મુનિશ્રેષ્ઠ ! જ્ઞાનયોગમાં તત્પર રહેવાવાળા મહાત્માઓના ચરણોદક અજ્ઞાની મનુષ્યોના અંતઃકરણને શુદ્ધ કરવા માટે ઉત્તમ તીર્થ છે.

શિવ સ્વરૂપ પરમાત્મા આ શરીરમાં જ પ્રતિષ્ઠિત છે, એને ન જાણનારા મૂઢ મનુષ્ય તીર્થ, દાન, જપ, યજ્ઞ, લાકડા અને પત્થરમાં જ સર્વદા શિવને શોધ્યા કરે છે. સાક્ષુતે ? જે પોતાની અંદર નિત્ય-નિરંતર સ્થિત રહેવાવાળા હું (પરમાત્મા) ની ઉપેક્ષા કરીને કેવળ બહારની સ્થૂળ પ્રતિમાનું સેવન કરે છે, તે હાથમાં રાખેલા અન્નના ગ્રાસ (કોળીઆ) ને ફેંકી દઈ કેવળ પોતાની કોણી ચાટે છે. યોગી પુરુષ પોતાના આત્મામાં જ શિવના દર્શન કરે છે, પ્રતિમાઓમાં નહિ. અજ્ઞાની મુનિષ્યોના હૃદયોમાં ભગવાન પરત્વે ભાવના જાગ્રત કરવા માટે જ માત્ર પ્રતિમાઓની કલ્પના કરવામાં આવી છે.

જેનાથી ભિન્ન ન કોઈ પૂર્વ છે નથી પર (ન કારણ છે ન કાર્ય) જે સત્ય, અદ્વિતીય અને પ્રજ્ઞાન ધન સ્વરૂપ છે, તે આનંદમય બ્રહ્મને જે પોતાના આત્માના રૂપમાં જુએ છે, તે ચથાર્થ જુએ છે. મહામુને ! આ મનુષ્યનું શરીર નાડીઓનો સમુદાય માત્ર છે, જે સદા સારહીન છે. એના પરત્વે આત્મભાવનો પરિત્યાગ કરીને બુદ્ધિના દ્વારા આનિશ્ચય કરો કે ‘હું’ જ પરમાત્મા છું. જે આ શરીરમાં રહીને પણ એનાથી સદા ભિન્ન છે, મહાન છે, વ્યાપક છે અને સર્વનો ઈશ્વર છે, તે આનંદધન સ્વરૂપ અવિનાશી પરમાત્માને જાણીને ધીર પુરુષ ક્યારેય શોક કરતો નથી.

‘મુને ! જ્ઞાનના બળથી ભેદજનક અજ્ઞાનની નાશ થઈ ગયા પછી કોણ આત્મા અને બ્રહ્મમાં મિથ્યા ભેદનો આરોપ કરશે.’

॥ ૐ શાન્તિઃ શાન્તિઃ શાન્તિઃ ॥

॥ ૐ ॥

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥



નામ : **શ્રી શરદચંદ્ર ઈશ્વરલાલ પુરોહિત** (શરદ વસિષ્ઠ)
મુ. પો. : ડુમસ, જી. : સુરત, જન્મ સ્થળ : ડુમસ
જન્મ દિનાંક : આસો સુદ ૧૩, ગુરુવાર, વિ. સં. ૧૯૯૪
તા. ૭-૧૦-૧૯૩૮

પિતા : શ્રી ઈશ્વરલાલ ભાઈશંકર પુરોહિત
માતા : અ.સો. કમલાગૌરી ઈશ્વરલાલ પુરોહિત
પત્નિ : અ.સો. સરલાદેવી શરદચંદ્ર પુરોહિત
જ્ઞાતિ : મોઢ ચતુર્વેદી બ્રાહ્મણ, ગોત્ર : વસિષ્ઠ,
વેદ શાખા : શુક્લ યજુર્વેદ, ત્રિપ્રવરાન્વિત માધ્યદિનીશાખા

હાલ નિવાસ સ્થાન :- બ્લોક નં. ૫૫/૪૨૦, ગુજરાત હાઉસિંગ બોર્ડ, પાલનપુર પાટીયા,
રાંદેર રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૫. મો. : ૦૯૯૦૪૯ ૭૩૦૭૨

વ્યવસાય :

- (૧) ગુજરાત સરકારના સહકારી ખાતામાં સહકારી અધિકારી પદ પરથી નિવૃત્ત તા. ૩૧-૮-૯૬
- (૨) હાલમાં સાહિત્ય સંશોધન, લેખન અને યેદિક, પુરાણોક્ત, તાંત્રીક કર્મકાંડ તેમજ ઉપાસના-યોગ

પ્રકાશિત ગુજરાતી પુસ્તકો :-

- (૧) 'તત્ત્વોપચાર' (યોગિક ચિકિત્સા), (૨) શ્રી સત્યનારાયણ વ્રત કથા તત્ત્વ (બીજી આવૃત્તિ),
- (૩) 'આ બધું શા માટે ?' (૬૫ વિષયોનું યૈજ્ઞાનિક અને તાત્ત્વિક વિવેચન), (૪) 'ગુરુ તત્ત્વ પ્રકાશ' તેમજ ગુરુ સાધના અને સિદ્ધિ, (૫) 'શિવ સ્વરોદય રત્નાકર' (યૈજ્ઞાનિક તત્ત્વજ્ઞાન સ્વરોદય) બૃહદ્ગ્રંથ (ત્રીજી આવૃત્તિ), (૬) કર્મની ગતિ, (૭) નવગ્રહ પ્રભાવ અને કષ્ટ નિવારણ, (૮) 'શ્રી સત્ય વિનાયક' વ્રતકથા તત્ત્વ, (૯) 'કામ જિજ્ઞાસા' (તૃતીય પુરુષાર્થ કામ), ગુજરાતી સાહિત્યમાં અનેક ચિંતન પ્રધાન બૃહદ્ ગ્રંથ કાયાની સરગમ પર પ્રગટતી મધુર સુરાવલીની મૌન પરિભાષા સાથે મદનના પ્રગટ વિરામ ચિહ્નોનું ક્રિયાત્મક યૈજ્ઞાનિક વિવેચન નવીન ઉન્નેષોના પરિપ્રેક્ષ્યમાં...! (૧૦) 'દેવતા સિદ્ધિ મુદ્રા મહાવિજ્ઞાન', (૧૧) શીઘ્ર રોગ નિવારક મુદ્રા મહાવિજ્ઞાન, (૧૨) 'શ્રી માતંગી મહાવિદ્યા' (સાધના અને સિદ્ધિ), (૧૩) છિન્ન મસ્તા મહાવિદ્યા (સાધના અને સિદ્ધિ), (૧૪) ભવતારિણી તારા મહાવિદ્યા (સાધના અને સિદ્ધિ), (૧૫) શ્રી ભુવનેશ્વરી મહાવિદ્યા (સાધના અને સિદ્ધિ), (૧૬) ધૂમાવતી મહાવિદ્યા (સાધના અને સિદ્ધિ).

શીઘ્ર પ્રકાશિત ધનારા ગ્રંથો :-

- (૧૭) જન્મ કુળ્ડલીકે સમસ્ત કુયોગો કા નિવારણ (હિન્દી) ૧ (૧૮) જગતારિણી તારા મહાવિદ્યા ૧ (૧૯) 'આકાશ પ્રવાહ' (આકાશવાણી પરથી પ્રસારિત પ્રવચનો) (૨૦) ૐકાર ચિંતામણી, (૨૧) 'અક્ષર-શક્તિ' (મંત્ર-માતૃકા) બૃહદ્ ગ્રંથ, (૨૨) બ્રાહ્મણની અસ્મિતા, (૨૩) જન્મ દિવસ ક્યારે અને કેવી રીતે ઉજવશો ? (૨૪) શ્રાદ્ધ વિધિ-વિધાન વિજ્ઞાન, (૨૫) આત્મપૂજા ઉપનિષદ્ (આત્મજ્ઞાન, આત્મતિર્થ, આત્મપૂજા), (૨૬) દીપક તંત્ર, (૨૭) સ્વસ્તિક તંત્ર, (૨૮) ભસ્મ તંત્ર, (૨૯) તત્ત્વ જ્યોતિષ, (૩૦) ક્રિયાયોગ, (૩૧) જ્ઞાનવાન ભવ, (૩૨) આશ્વર્થ તંત્ર, (૩૩) રહસ્યમયી સિષ્ટીવિદ્યા બુલ્ગમુખી.

શ્રીમાન પુરોહિત (શરદ વસિષ્ઠ) અનેક વિષયોના મર્મજ્ઞ વિદ્વાન, સંશોધક સાહિત્યકાર તરીકે જાણીતા છે. કોઈપણ ગૂઢ વિષય પસંદ કરી મહાવિદ્યાર્થી તરીકે તેના મર્મ સુધી પહોંચી વિષયને ન્યાય આપવો તેમને માટે સ્વભાવગત છે. તેમના પ્રત્યેક પુસ્તકો અન્ય પ્રકાશનો કરતાં અલગ દૃષ્ટિકોણથી લખાયેલ ચિંતનસભર છતાં સ્વાન્ત સુખાય અને સર્વજન ઉપયોગી છે. જેને વિદ્વાનો, સાધુ-સંતો પણ આવકારે છે.

સામાન્યતઃ લેખકની તત્ત્વ શોધક વૃત્તિ, જ્ઞાન પ્રગલ્ભતા, યોગાનું ભુતિ અને ઉપાસના પદ્ધતિ સાથે કર્મઠતા તેમજ શાસ્ત્રીય અભિગમ તેમના ગ્રંથોના માધ્યમથી પ્રગટ થાય છે.